

# 普通高級中學課程健康與護理學科中心

## 健康與護理科教學典範示例

核心能力：2-4. 做個情慾自主高手，提升自我健康管理的能力

一、教案時間：1 節；45 分鐘

二、單元名稱：情慾，我自主

三、教學目標

1. 認知

1-1 了解色情媒體的真相。

1-2 了解情慾自主的真正意涵。

1-3 學習對情慾需求之自主健康管理方法。

2. 情意

2-1 察覺、面對自己的情慾

2-2 覺察色情媒體的影響

2-3 澄清情慾自主的迷思

3. 技能

3-1 具備對色情媒體的批判性思考的能力

四、教學理念

情慾是人類的基本生理需求。進入青春期階段，青少年開始對性感到好奇，並透過不同的管道來探索【性】，尤其男性受到性荷爾蒙的影響，有較高的情慾需求，也經常以色情媒體滿足。然而色情媒體經常以扭曲的兩性關係、兩性刻板印象、誇張的性姿勢、物化女性的方式呈現，導致青少年對性有著許多錯誤的迷思。

本課程希望透過影片的情境，使學生了解情慾發展實屬正常，透過蒐集並檢視色情媒體，察覺色情媒體的行銷模式及目的，了解色情媒體的影響，配合學生個人經驗的分享與批判性思考過程，澄清情慾自主的迷思，進而正向面對自己情感及性慾望需求，健康的管理自己的情慾。

## 五、教學活動

**【活動一】情慾正常嗎？**（教學目標：2-1 察覺、面對自己的情慾、2-3 澄清情慾自主的迷思；教學時間：10 分鐘）

參考資料：

教學流程：

1. 教師提問：**【為什麼男生愛看色情媒體？男生沒有性慾望是不正常嗎？女生有性渴望是正常嗎？有情慾一定要滿足】**
2. 教師播放國立教育研究院~當幸福來敲門-情慾自主片頭(2;30)，介紹青少年的情慾現象~男生愛看色情媒體、擔心自慰的傷害；女生也會有性的渴望、卻擔心自己不正常等。
3. 教師提問：**【影片看到什麼？】**教師說明情慾之源，如同馬斯洛所提的需求論，屬於正常生理需求的層面，男女皆有之受到男性賀爾蒙之影響，及男女性生理、性心理發展之差異，男性有較高的情慾需求，並且有個別差異。
4. 教師介紹 1974 年心理學家 Geer&Fuhr 的大學生聽性行為過程錄音對性衝動影響之研究，進一步說明掌控情慾的是大腦而非生殖器。
5. 教師總結情慾男女皆有，是正常反應。透過不同管道與方式，如自慰、觀看色情媒體雖然可以適度的滿足，但大腦是才是情慾的主宰者，學習管理情慾，而非被情慾主宰，才能擁有健康的性，縱容、沉溺情慾反而增加自身的困擾。

**【活動二】 衝破色情蜘蛛網**（教學目標：1-1 了解色情媒體的真相。2-2 覺察色情媒體的影響、3-1 具備對色情媒體批判性思考的能力；教學時間：15分鐘）

參考資料：1. 踢爆色情、情慾自主 p113 衝破色情蜘蛛網學習單

2. 追愛練習曲 p2 教學活動

教學流程：

1. 教師提問：**【你覺得色情媒體是什麼？它有何魅力？它的內容都是真的嗎？】**並播放國立教育研究院~當幸福來敲門-情慾自主（2:30~5:33），教師再次提問：**【為什麼男主角會有這些反應？看這些有何影響？】**
2. 請每位同學蒐集一篇（貼於學習單背面），各組同學依分配主題（漫畫、小說、雜誌、網路圖片，不使用影片以免時間難以控制），將搜集到的資料選擇二篇貼於衝破色情蜘蛛網學習單（附件一、附件二）中，並說明來源、具有何種吸引力（為什麼收集這篇，個人目的、媒體行銷手法）、每個同學觀看的反應（生理及心理的影響）、並進一步歸納他們有何共通性？例如劇情內容、男女主角特質、性行為訊息（如性行為方式、對象、地點、性能力）、製作此媒體有何目的或陷阱？經常接觸這些內容可能的影響（至少二個）
3. 抽二~四組同學上台報告。
4. 教師提問：**【這些媒體中的特性與真實生活情境是否一致？】**進一步歸納總結色情媒體之目的及共通手法中的誤謬，如俊男美女的角色、不合邏輯的交往方式、危險或刻意誇大的性行為訊息、物化身體等。
5. 教師以今天活動複習批判性思考，說明真實生活兩性關係的性與色情媒體的性之差異，提醒學生面對色情媒體應該以批判性思考來破除當中的迷思，不要一直觀看而影響人際，或學習其中內容，影響親密關係、甚至被色情媒體主宰無法自拔等。

### 【活動三】 情慾自主圓舞曲

(教學目標： 1-2 了解情慾自主的真正意涵、

2-3 澄清情慾自主的迷思；教學時間：15 分鐘)

參考資料：

教學流程：

1. 教師提問：【何謂情慾自主?只要有情慾需求就要滿足?只要有情慾就不應該壓抑?情慾滿足只要不影響他人就沒關係?】
2. 教師抽點三位同學分別完成下列動作:雙手拍手、雙拳互捶、雙手呈現【蓋】，引申此動作如同【情慾】是自然發展的正常現象，介紹【拍、捶、蓋】動作，取得一致性。
3. 抽點二位同學，請同學依照口令(拍捶蓋、拍捶蓋、拍一次捶蓋拍捶蓋、拍二次捶蓋拍捶蓋、、、三次、、、四次、、、拍五次捶蓋拍捶蓋)先做慢動作；接著再作快動作，並請同學觀察二者的不同。
4. 請同學分享快、慢口令的感受，引申快口令會動作混亂、心煩意亂、懷疑自己有問題，代表情慾受到他人或色情媒體的影響，以自己的步調~以慢口令進行動作，做自己的主人就是情慾自主。
5. 教師邀請同學運用電蚊拍、鐵鎚、蚊香盤做前述動作或詢問同學用這些器具做這些動作的後果，引申運用不適切的方式、器具或不當的地點滿足情慾，可能嚇到他人更會傷害自己。
6. 教師請二位同學進行雙人版玩法。首先先請同學在未溝通情況下各出一隻手玩【拍、捶、蓋】，接著請二人溝通、協調節奏後再玩二次。
7. 請同學分享雙人玩法溝通前、後的差別。
8. 教師引申情慾自主不是【只要我喜歡，沒有什麼不可以】，當與他人有關係時，就需

要雙方溝通、協調，若只是以各自的想法或節奏，就會產生許多問題，唯有經過溝通、協調、找到雙方的節奏與運作方式，才是性之美好，也是情慾自主負責任的表現。

9. 教師總結情慾自主如同跳一首圓舞曲，可以以自己的節奏，享受獨自一人的樂趣，更可以與人翩翩起舞，在進退之間、取得協調，展現雙人美妙、合諧的舞姿。

**【綜合活動】 統整與反思**（教學目標：1-3 學習對情慾需求之自主健康管理方法；

教學時間：5 分鐘）

參考資料：

教學流程：

1. 教師發下情慾自主管理學習單（附件三），請學生回顧這個單元課程及學到的內容。
2. 教師引導同學反思自己對色情媒體的看法，及如何控制自己的情慾、健康的管理情慾，總結情慾自主的方法包括了解全人的性、以追求更美好的性；避開易引發情慾的情境；專注發展人生階段的課題；適度、健康的滿足自己的情慾需求，如自慰，若時間不夠學習單可當成課後作業。

1. 請同學觀察生活中，你覺得它是屬於色情的媒體（漫畫、小說、雜誌、網路圖片等），請依分配主題，蒐集二篇，擷取一段或部份內容貼入此框框中。

(1)



(2)



2. 請說明此二份資料的來源？

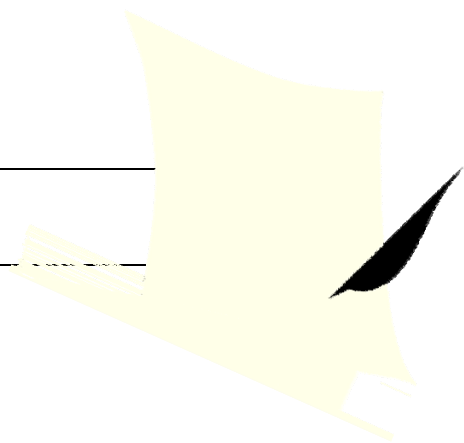
(1). \_\_\_\_\_

(2). \_\_\_\_\_

3. 請說明，貴組選擇此二篇或吸引你們的原因？

(1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_



衝破色情蜘蛛網學習單 (漫畫、小說、雜誌、網路圖片組) 請浮貼於框內

- 資料的來源
- 選擇原因

座號:

- 資料的來源
- 選擇原因

座號:

- 資料的來源
- 選擇原因

座號:

- 資料的來源
- 選擇原因

座號:

- 資料的來源
- 選擇原因

座號:

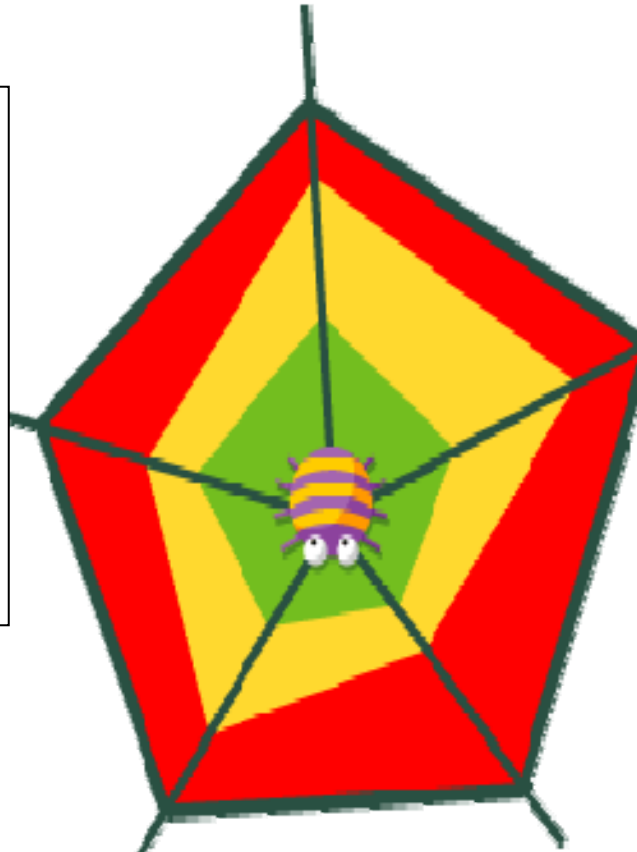
● 觀看的反應

生理：

心理：

● 劇情內容

● 男女主角特質



● 性行為訊息 (如性行為方式、對象、地點、性能力等)

● 此媒體有何目的或陷阱：

● 經常接觸這些內容可能的影響(至少二個)



1. 這個單元我經歷了哪些活動?學到什麼?
2. 過去，我認為色情媒體是  
現在，對於色情媒體，我會如何看待或運用它?為什麼?
3. 自己在怎樣的情境容易有性衝動，我會如何處理或控制達到情慾自主?
4. 面對心儀的異性，當有親密的身體接觸時(如牽手、接吻)，而引發性衝動時，  
我會怎樣做來展現情慾自主

