

# 生活與社會(中一至中三) 組合單元學與教資源

# 知情識性

教育局 課程發展處 個人、社會及人文教育組

# 目錄

組合單元:知情識性	簡介	頁3
第一至第三課節:戀愛認知	教學設計	頁4
第四至第六課節:性態度的培養和發展	教學設計	頁7
第一至第三課節:戀愛認知	學與教材料	頁 11
第四至第六課節:性態度的培養和發展	學與教材料	頁 27
參考資料		頁 44

## 組合單元:知情識性

簡介:	戀愛是人際關係重要的一環。青少年的心智尚未成熟,				
	往往未能妥善處理戀愛為人際關係帶來的問題。除學習				
	培養戀情外,青少年同樣需要學習理性地結束感情的方				
	法,以確保他們能通過戀愛更正確地認識自己和他人。				
	此外,近年香港社會對性的態度日漸開放,須儘早幫助				
	青少年檢視個人的性態度、思考戀愛與性的關係,並了				
	解過分親密的身體接觸可能帶來的後果,從而發展出更				
	健康全面的戀愛關係和人際關係。				
教學目的:	本組合單元旨在幫助學生正確地認識戀愛關係,掌握健				
	康地維繫和促進感情及理性地結束感情的方法;以及幫				
	助學生建立正確的性態度,了解與戀人相處時應有的原				
	則,培養自律和自制的能力,並明白這是自愛和尊重對				
	方的表現,從而發展出更健康全面的戀愛關係和人際關				
	係。同時,本組合單元會透過各類課堂活動,加強學生				
	對共通能力的綜合運用。				
學習要點:	• 友誼和戀愛有哪些相同和不同之處?				
	• 為甚麼我們會談戀愛?我們又應持有甚麼態度?				
	• 我們能如何培養和維繫戀情?				
	<ul><li>為甚麼戀愛關係會結束?我們又應如何處理?</li></ul>				
	● 社會如何看待性、愛和婚姻?				
	<ul><li>為甚麼我們須與戀人或異性訂定親密界限?</li></ul>				
	• 我們應如何處理成長階段的性幻想和性衝動?				
	• 不恰當處理親密關係可能會導致哪些後果?				
建議課節:	6課節(40分鐘一課節)				

相關必須學習元素:	-	戀愛的內涵
	-	戀愛與性的關係
相關單元:	-	核心單元(六):「知情識性(一)」基礎部分「戀
		愛認知」
	-	核心單元(七):「知情識性(二)」基礎部分「性
		態度的培養和發展」及延伸部分「意外懷孕的影
		響」

#### 教學設計:

# 第一至第三課節

課題:	戀愛記			
學習目標:		忍識友誼和戀愛的異同 忍識戀愛包含的元素、談戀	愛的目的及應有	態度
		忍識培養和維繫戀情的方法 忍識引致關係結束的因素、	處理方法和應有	態度
知識/概念:		技能:	價值觀和態度	:
<ul><li>友誼</li><li>戀愛</li><li>愛情三角理論</li><li>戀情維繫</li><li>關係結束</li></ul>	Ì	<ul><li>分析</li><li>綜合</li><li>討論、匯報</li><li>協作</li><li>整全性思考能力</li></ul>	<ul> <li>理性</li> <li>自省</li> <li>情感</li> <li>負責任</li> <li>人性尊嚴</li> <li>關愛</li> <li>慎思明辨</li> </ul>	
				建議課時
探究步驟:	作	課堂導入:教師以「活動一:友情?愛情?」 作導入,讓學生按其認知,與同儕討論資料 一漫畫一及二分別所屬的人際關係,並就 資料一及資料二的內容,比較朋友和戀人 的相異之處。		
	1	五動教學:教師利用「知識內 感愛」,總結友誼和戀愛的異 而可利用「三分鐘概念」動畫 青三角理論」作導入,介紹愛 以及進一步解釋及說明談戀 質的態度和原則。	同。其後,教 視像片段:「愛 愛情三角理論,	10 分鐘
	角触点	N組活動:本課堂活動利用了 走力」的「解決難題七步曲」 ,以展示如何在本科為學生 學習情境,幫助他們綜合地選 業情可參考《綜合運用共通的 中):個人、社會及人文教育 (網址: ttps://www.edb.gov.hk/tc/curr	作為組織工具 提供有意義的 運用共通能力。 能力資源冊(初 等習領域	60 分鐘

<u>C</u>	levelopment/kla/pshe/reference-and-	
<u>r</u>	esources/index.html)	
1	数師著學生以三至四人一組分組,並利用	
	「工作紙一:如何是好?」,讓學生透過小	
	且討論,按下列步驟解決俊傑遇到的難題。	
	第一步:找出/確定問題	(5 分鐘)
	學生閱讀資料一,然後從對話內容去辨	
	識俊傑遇到的問題。	
2	第二步:識別問題的各種成因	(15 分鐘)
	各組學生討論引致上述問題的各種可	
	能原因,並繪畫一幅腦圖 (mind map),	
	展示及具體說明這些可能導致戀愛出	
	現問題的原因。完成後,教師邀請若干	
	組別向全班同學匯報討論結果,並就學	
	生表達的內容和表現給予即時回饋。	
	第三步:針對各種成因找出解決方法	(10 分鐘)
	教師協助學生整合引致上述問題的可	
	能原因後,著每組學生分別針對其中一	
	個原因,建議多個解決方法。完成後,	
	教師邀請若干組別向全班同學匯報其	
	就各原因所建議的解決方法,並整合各	
	組的匯報。	
	第四步:評估各個解決方案	(15 分鐘)
	教師為全班選定一個原因,並為各組選	
	方法作深入討論和分析。完成後,教師	
	邀請若干組別向全班同學匯報討論結	
	果,藉此比較各個解決方法的優劣。	
	第五步:選擇最好的解決方案 第五步:選擇最好的解決方案	(15 分鐘)
	<ul><li>學生利用題1的「解決方法檢視表」。</li></ul>	
	反思自己的建議是否能針對問題、	
	可行、有效(經參考個人或別人的以	
	往經驗後作出初步估算),以及能顧	
	可行、有效(經參考個人或別人的以	

	т		
		由發表意見,並就學生的回應給予	
		即時的回饋;學生可把有關回饋寫	
		在「筆記」欄內。	
		• 各組學生根據「解決方法檢視表」,排列	
		各項解決方法的優次,並標示在圖上。	
		註:「第六步:實行解決方案」及「第七步:	
		評估與反思 (所實行的解決方案)」 暫不適	
		用,故不包括在本工作紙內。	
	4.	<b>互動教學</b> :教師利用「知識內容二:維繫戀	
		情和關係結束」,總結培養和維繫戀情的方	5分鐘
		法,以及引致關係結束的因素。	
	5.	小組討論及學生匯報:教師利用「工作紙	
		二:如何說『分手』?」,讓學生先閱讀資	
		料一,了解俊傑的最新情況;再讓學生以小	
		組形式與同儕討論關係結束處理方法的妥	• 0 11 A-r
		善和不當之處,並建議更佳的處理手法和	20 分鐘
		鼓勵俊傑的方法。完成後,教師可邀請若干	
		組別向全班同學進行匯報,並就學生的回	
		應給予回饋。	
	6.	<b>互動教學:</b> 教師可整合各組提出的意見,並	
		利用「知識內容三:關係結束的處理方法及	
		應有的態度」,總結結束愛情關係的處理方	10 分鐘
		法及應有的態度。	
	7.	課堂總結及連繫: 若課堂時間許可, 教師可	
		考慮利用電子應用程式(如 Socrative、	
		Kahoot!等)設定問題,讓學生鞏固對本課	
		題的認識。教師可將本課的內容連繫至其	5 分鐘
		後的課堂,讓學生明白在戀愛的過程中,建	
		立正確的性態度同樣重要,從而發展出更	
		健康全面的戀愛和人際關係。	
學與教資源:	活動		「三分鐘概
		動畫視像片段:「愛情三角理論」	

#### 教學設計:

# 第四至第六課節

課題:	性態	度的培養和發展		
學習目標:	• 認識社會對性、愛及婚姻的不同態度與主張			
	• <u></u>	認識與戀人或異性訂定親密界限的目的和原則		
	• \frac{1}{12}	忍識青少年處理成長階段的性	生幻想和性衝動	的方法
	• 🖁	忍識不恰當處理親密關係可能	<b></b>	
知識/概念:		技能:	價值觀和態度	:
<ul><li>性幻想</li><li>性反應</li><li>性衝動</li></ul>		<ul><li>分析</li><li>綜合</li><li>討論、匯報</li></ul>	<ul><li>理性</li><li>自省</li><li>情感</li></ul>	
■ 意外懷孕		■ 協作 ■ 整全性思考能力	<ul><li>負責任</li><li>人性尊嚴</li><li>關愛</li><li>慎思明辨</li></ul>	
		_II		建議課時
探究步驟:	f 万 万	果堂導入:教師以「活動二:作導入,讓學生就各項資料的 人意見,並進行投票。教師可 應用程式(如 Kahoot!、Plick 生透過平板電腦進行不記名。 點票,藉以加強課堂的互動。 生的意見給予適當的回饋。	的說法表達個 考慮利用電子 ters等),讓學 投票及作即時	10 分鐘
	2. /	<ul> <li>▶組討論及學生匯報:</li> <li>學生以 4 人為一組分組。</li> <li>讀「工作紙三:戀人的抉及資料二;而另一半的組</li> <li>B 及資料二。</li> <li>小組成員討論不安全性行的後果,及合力改寫劇本嘉豪應如何拒絕伴侶的性邀請若干小組向全班同學就學生的回應給予即時的教師向學生進一步說明一性的誤解,如認為性關係</li> </ul>	擇」資料一A 別閱讀資料一  「為可能導致 以協助小欣可 要求。教師可 進行匯報,並 回饋。 一些青少年對	20 分鐘

方、答允對方的性要求是表達毫無保留	
的愛、拒絕對方的性要求會傷害其自尊	
心、貞節是過時的價值觀等。	
3. <b>互動教學</b> :教師可整合各組提出的方法和	
考慮,並利用「知識內容四:與戀人或異性	10 分鐘
訂定親密界限的目的和原則」,總結與戀人	10 万蝗
或異性訂定親密界限的目的和原則。	
4. 小組活動:為使學生更能掌握共通能力的	
綜合運用,本課堂活動利用了「整全性思考	
能力」的「解決難題七步曲」作為組織工具	
<sup>誰</sup> ,以展示如何在本科為學生提供有意義的	
學習情境。詳情可參閱《綜合運用共通能力	
資源冊(初中):個人、社會及人文教育學	
習領域	55 分鐘
(網址:	
https://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-	
development/kla/pshe/reference-and-	
resources/index.html)	
教師可沿用上述的分組形式,利用「工作紙	
四:子庭的疑惑」,讓學生透過小組討論,	
按下列步驟解決子庭遇到的難題。	
第一步:找出/確定問題	(5 分鐘)
• 學生閱讀資料一,然後從對話內容去辨	
識子庭遇到的問題。	
第二步:識別問題的各種成因	(15 分鐘)
• 各組學生討論引致上述問題的各種可	
能原因,並繪畫一幅腦圖 (mind map),	
展示及具體說明這些可能導致性衝動	
和性幻想的原因。完成後,教師邀請若	
干組別向全班同學匯報討論結果,並就	
學生表達的內容和表現給予即時回饋。	
第三步:針對各種成因找出解決方法	(10 分鐘)
• 教師協助學生整合引致上述問題的可	
能原因後,著每組學生分別針對其中一	
	[

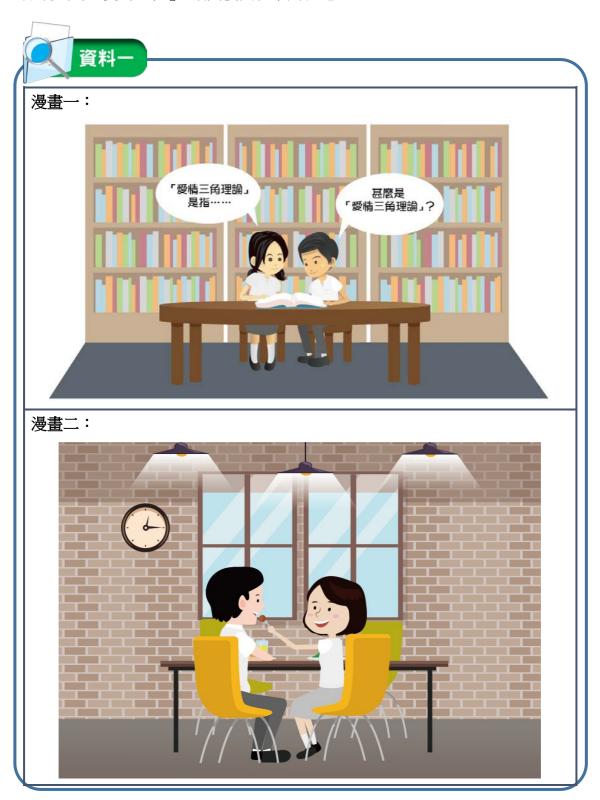
		T
	個原因,建議多個解決方法。完成後, 教師邀請若干組別向全班同學匯報其	
	就各原因所建議的解決方法,並整合各	
	組的匯報。 	
	第四步:評估各個解決方案	(15 分鐘)
	<ul><li>教師為全班選定<u>一個</u>原因,並為各組選</li></ul>	
	定其中一個解決方法,著各組就該解決	
	方法作深入討論和分析。完成後,教師	
	邀請若干組別向全班同學匯報討論結	
	果,藉此比較各個解決方法的優劣。	
	第五步:選擇最好的解決方案	(5 分鐘)
	• 學生利用題1的「解決方法檢視表」,反	
	思自己的建議是否能針對問題、可行、	
	有效(經參考個人或別人的以往經驗後	
	作出初步估算),以及能顧及他人的感	
	受。教師可邀請學生自由發表意見,並	
	就學生的回應給予即時的回饋;學生可	
	把有關回饋寫在「筆記」欄內。	
	<ul><li>各組學生根據「解決方法檢視表」,排列</li></ul>	
	電行各項解決方法的難易程度,並標示	
	2014 E 20010 02 02 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00	
	在圖上。	(F (1 /\frac{1}{2})
	註:「第六步:實行解決方案」及「第七步:	(5 分鐘)
	評估與反思(所實行的解決方案)」暫不適	
	用,故不包括在本工作紙內。	
5.	互動教學:教師利用「知識內容五:青少年	
	處理成長階段的性幻想和性衝動的方法」,	5 分鐘
	總結處理成長階段性幻想和性衝動的不同	
	方法。	
6.	<b>互動教學:</b> 教師利用「工作紙五:我的承	
	諾」,讓學生透過填寫承諾卡,反思與戀人	10 八公
	/異性相處時應有的態度和原則,以及不	10 分鐘
	恰當處理親密關係可能引致的後果。	
7.	<b>互動教學</b> :教師利用「知識內容六:不恰當	مشہ ۶۱ سے
	處理親密關係的後果」作為本整合單元的	5 分鐘
L		l .

	總結,說明不恰當處理親密關係可能引致	
	的後果和影響。	
	8. 課堂總結: 若課堂時間許可, 教師可考慮利	
	用電子應用程式 (如 Socrative、Kahoot!等)	5 分鐘
	設定問題,鞏固學生對本課題的認識,並就	
	學生的表現給予即時的回饋。	
課後延伸活動:	教師可安排學生到家計會賽馬會青 Zone 活動及	資源館參
	觀,讓學生體驗和了解性教育範疇的概念。	
學與教資源:	活動二;工作紙三、四及五;知識內容四、五及	六

#### 「知情識性」(第一至第三課節) 學與教材料:

#### 活動一:友情?愛情?

資料一顯示兩幅有關人際關係的漫畫。資料二顯示一則新郎「接新娘」時對新娘說出的「愛的宣言」。細閱後回答下列各題。



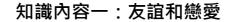


#### 親愛的老婆大人:

資料來源:新婚生活易(無日期)

#### 做一做 (無固定答案,答案僅供參考)

- 1. 參閱資料一,你認為他們是朋友還是戀人?為甚麼?
  - 漫畫一的男、女學生屬朋友關係,男生向女生請教家課,顯示雙方互相信任,並在學習上互相幫助。
  - 漫畫二的男、女學生屬戀人關係,女生為男生遞上食物,是情侶之間常 出現的行為,顯示雙方的關係親密。
- 2. 參閱資料一及資料二,你認為朋友和戀人有甚麼分別? 朋友之間講求投契和合拍;而戀人之間通常要求對方專一、不能容下第三 者,亦以婚姻作為共同目標。
- 3. 你認為為甚麼人們會談戀愛? 透過分享彼此的生活經歷、分享和分擔彼此的喜與憂,談戀愛可以滿足情 感的需要;過程中,戀愛雙方更可評估對方是否適合成為終身伴侶。



#### 1. 友誼和戀愛的異同

親情、友情和愛情是人際關係帶來的基本感情,是人類生活不可或缺的部分。表一顯示友誼和戀愛的相同和相異之處。

	友誼	戀愛
相同之處	友誼和戀愛須建基於了解、信	任和包容
	朋友的對象較廣,雙方均願意	戀愛是專一,不容許第三者的
	接納其他朋友加入	介入
	朋友願意為對方效勞和付出	戀愛雙方會產生互相傾慕之
		情,也願意為對方效勞和付
和田子康		出,且程度較友誼更為深入
	朋友之間需要安全感,但所需	戀愛雙方通常需要更多的安
相異之處 	程度通常不及戀人	全感
	朋友間接納單獨或集體活動	戀愛活動多屬單獨約會
	友誼有深淺程度的分別,通常	戀愛雙方會在感情上逐漸深
	講求投契和合拍	入發展,常以婚姻作為目標
	人們較能以理智選擇和取捨	愛情通常較難以理智地作出
	朋友	選擇和取捨

表 1: 友誼和戀愛的異同

美國著名的心理學教授史登堡(Sternberg)曾提出「愛情三角理論」 (Triangular Theory of Love),他提到「完整的愛」應由親密、激情和承諾 三大元素所構成。

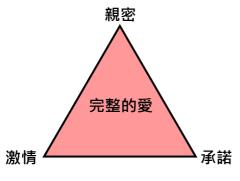
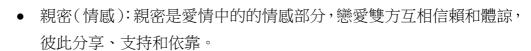


圖 2: 史登堡的「愛情三角理論」

教師可利用「三分鐘概念」動畫視像片段「愛情三角理論」,介紹愛情三角理論(網址: https://www.youtube.com/watch?v=yw\_g\_IZEJV8&feature=youtu.be)。



- 激情(動機):激情是愛情中的動機部分,戀愛雙方認為對方極具吸引力,對對方產生慾望,渴望與對方結合和經歷身體感官刺激。
- 承諾(理性):承諾是愛情中的理性部分,短期的承諾是專一向對方付出愛情;長期則透過訂婚和結婚等方式與對方維持長久的關係。

#### 2. 談戀愛的目的

與生俱來的情感使人們產生親情、友情和愛情。就青少年而言,談戀愛的 目的可以是滿足情感的需要,或被對方的外貌或行為所吸引。戀愛雙方也 會彼此分享遭遇的經歷和情感,分享喜悅和分擔困惑,在心靈上得到滿足 和慰藉。在談戀愛的過程中,戀愛雙方更可評估自己和對方是否適合成為 彼此的終身伴侶,相互扶持以至組織家庭。

#### 3. 談戀愛應有的態度和原則

節日的浪漫和歡樂氣氛常被放大和渲染,部分青少年或渴望有人相伴而沖昏理智。然而,我們不應基於人有我有的心態,過分急於尋找戀愛的對象。 我們應當了解自己對戀愛的需要,對伴侶的期望和要求,充分考慮與對方發展戀愛關係的可行性,從而作出適當的選擇。

我們可透過群體活動或義務工作等增加與對方接觸和溝通的機會,觀察和了解對方的性格、習慣、興趣和價值觀。感情的培養自然有其條件和速度,我們不應強迫對方接納自己,也不應在未認識對方的為人和價值觀之前就輕率答應對方的求愛行為。

資料來源: 衞生署學生健康服務 (2014 年 12 月 15 日 a)、香港青年協會 (2017 年 10 月 27 日 a 及 12 月 14 日)、教育局 (2019 年 2 月 15 日)及明愛「愛與誠」綜合性教育計劃 (無日期 a、無日期 b 及無日期 c)。



#### 工作紙一:如何是好?

資料一顯示俊傑與好朋友家希傾訴 心事的情境和對話。俊傑遇到甚麼問 題?他的問題能如何有效解決?

試利用「整全性思考能力」的「解決 難題七步曲」,分析俊傑遇到的問題 及找出解決方法。



「整全性思考能力」的「解決難題七

步曲」分別為:

• 第一步:找出/確定問題

• 第二步:識別問題的各種成因

• 第三步:針對各種成因找出解決方法

• 第四步:評估各個解決方案

• 第五步:選擇最好的解決方案

• 第六步:實行解決方案

• 第七步:評估與反思(所實行的解決方案) 註:本工作紙僅涵蓋第一步至第五步;第六步及

#### 資料一:



旁白: 俊傑同家希唔單止係同班同學,更加係一對好兄弟。有一日,俊

傑同家希坐喺校園嘅一角,向家希傾訴心事……

家希: 「喂,做咩咁灰呀?」

俊傑: 「唉……你都知我同名美架啦……」

家希: 「我知!你同名美由中一開始拍拖,日日唔係去圖書館做功課,

就係去商場食飯睇戲,閃到我就來盲呀!

俊傑: 「本來就係好幸福嘅……不過呢……我地應該好快就要……分手

啦……

家希: 「吓?你地做咩呀?」

俊傑: 「自從升上中三之後,功課同測驗愈來愈多……有時躁得濟咪嘈

起上來囉……」

家希: 「哦?!咁好小事啫!買啲野氹下佢咪得囉!」

俊傑: 「唔單止係咁呀……近排考試嘅成績仲明顯退步咗……搞到日日

俾屋企人鬧我拍拖累事……仲有呢……」

家希: 「仲有咩呀?」

俊傑: 「我仲發現,近排名美成日同佢隔離嗰個男仔傳紙仔……最離譜

嘅係,有次仲俾我發現佢瞞住我單獨同佢去睇戲……」

家希: 「吓!?有有眼花呀?唔會係出現第三者掛?」

俊傑: 「唔知呀……但係我仲好鍾意名美,唔想咁快就分手呀……依家

點算好?」

家希: 「……」

#### 做一做

#### 第一步:找出/確定問題

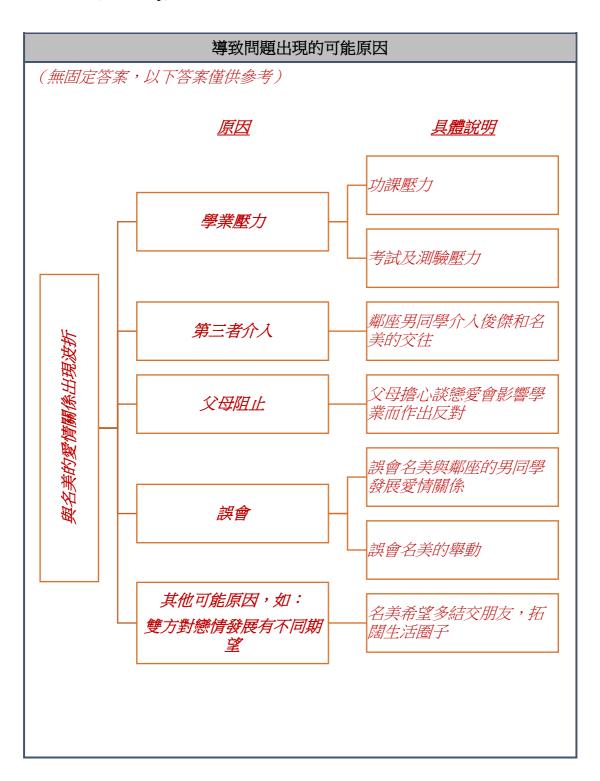
俊傑面對甚麼問題?

#### 俊傑面對的問題

俊傑與名美的愛情關係出現波折。

# 第二步:識別問題的各種成因

俊傑提到哪些導致上述問題出現的原因?你認為還有沒有其他可能的原因?試運用腦圖 (mind map),綜合上述問題出現的各種可能原因。



#### 第三步:針對各種成因找出解決方法

如果你是家希,你會建議俊傑如何解決問題?試針對相關原因建議多個解決方法。(無固定答案,以下答案僅供參考)



原因一:學業壓力

#### 解決方法:

- 好好分配時間,同時兼顧 學業和愛情
- 結束愛情關係,將時間和 精力轉移在學業上
- 與朋方傾訴和分享

原因二:第三者介入

#### 解決方法:

- 信任對方對戀愛關係的認真
- 坦誠與對方溝通和分享感受
- 結束愛情關係

原因三:父母阻止

#### 解決方法:

- 坦誠與父母溝通和分享
- 好好分配時間,同時兼顧學業和愛情
- 順從父母,結束愛情關係

原因四: 誤會

#### 解決方法:

- 坦誠與對方溝通和分享, 釐清誤會
- 結束愛情關係

原因五:雙方對戀情發展有

#### 不同期望

#### 解決方法:

- 尊重對方的想法
- 坦誠與對方溝通和分享
- 結束愛情關係

#### 第四步:評估各個解決方案

按照老師的指示,選取其中一個解決方法,並從 四個方面分析及評估所選的解決方法是否可取。

教師官為全班選定 一個原因,讓各組學生就該原因 所列的一項解決方法作針對性 的分析,藉此以比較各個解決方 法的優劣。

(無固定答案,以下答案僅供參考)

#### 以下問題有助同學分析和評估各建議的解決方法:

- 是否能針對要解決的問題?
- 是否可行?
- 是否有效?
- 是否能顧及他人的感受?

所選取的原因:學業壓力

選擇的解決方法:*結束愛情關係,將時間和精力轉移在學業上* 



#### 優點:

能針對問題、可行、有效:結束 愛情關係能減少投放在愛情上 的時間和精力,讓自己更為專注 學業,有助紓緩學業壓力和提升 學業成績。



#### 局限:

未必能顧及他人的感受:結束 愛情關係使被動分手者容易出 現哭泣、憂鬱、失眠、食欲不 振等負面情緒,繼而影響學 業。



其他可能答案(僅供教師參考):

解決方法:*好好分配時間,同時兼顧學業和愛情* 

時兼顧愛情、友情和學業,一舉多得

優點: *能針對問題、可行、有效: 能同* | 局限: *未必能顧及他人的感受: 減少在* 愛情上投放的時間或會引來對方的不滿

解決方法:與朋方傾訴和分享

優點:能針對問題、可行、有效:能 分擔俊傑的憂慮,並能相互鞭策和鼓 局限: *未必能顧及他人的感受: 減少在* 愛情上投放的時間或會引來對方的不滿

勵,有助紓緩學業上的壓力

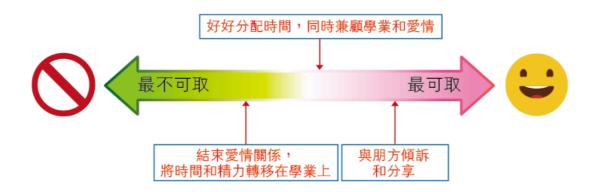
## 第五步:選擇最好的解決方案

1. 在整個活動的過程中,你和同學提出的解決方法是否符合下列各項?試利用下列的「解決方法檢視表」,在適當的位置填上「✔」號,評估和反思整個過程。(無固定答案)

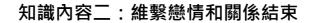
解決方法檢視表						
	方法一	方法二	方法三	方法四		
我提出的解決方法能針對問題。						
我提出的解決方法是可行的。						
我提出的解決方法是有效的。						
我提出的解決方法能顧及他人的						
感受。						
筆記:						

資料來源:教育局(2017)

2. 綜合以上分析,你認為哪些方法是最可取?試加以排列,並標示在下圖上。 (無固定答案,以下答案僅供參考)



(註:本工作紙僅涵蓋「整全性思考能力」的「解決難題七步曲」中的第一步至第五步;第六步及第七步暫不適用。)



#### 1. 培養和維繫戀情的方法

在戀愛的過程中,戀愛雙方或會出現誤會和衝突。然而,只要做到相互尊重、信任、體諒和包容,雙方的戀愛關係便較有可能長遠維繫。

**尊重和信任**:尊重和信任是戀愛關係不可或缺的一環。每個人的思想、性格和價值觀均不盡相同,我們應當尊重對方的想法,在異中求同,讓雙方得到表達的空間和機會。與此同時,我們也應信任對方,並時刻檢點自律,認真對待戀愛關係,避免作出越軌或不尊重的行為,雙方的戀愛關係才能持久。

**包容和體諒**:當出現意見分歧,我們可與對方坦誠溝通和分享,設身處地體諒對方的難處,顧及對方的感受。我們應細心聆聽對方的想法,包容相異的價值觀,欣賞彼此的優點和接納彼此的不足,並透過協商解決問題。這樣才能避免不必要的磨擦和爭吵,使愛情得以長久維繫。

#### 2. 引致關係結束的因素

在戀愛的過程中,愛情關係的結束是普遍的個人經歷和體驗,並常為青少年帶來沮喪和失落。下列顯示引致戀愛關係結束的可能因素:

個人因素:個人因素如思想、性格和價值觀的差異常是戀愛關係結束的主要因素。正如上文所述,戀愛雙方須異中求同,尊重和包容對方的想法、價值觀和抱負。然而,若戀愛雙方未能做到尊重和包容,戀愛關係便難以持久,最終或會導致戀愛關係結束。此外,第三者的介入和感情轉淡也容易造成戀愛關係的破裂。若其中一方移情別戀,戀愛雙方之間的互信和尊重會被受破壞,戀愛關係因而難以維繫。倘若戀愛雙方的關係僅建基於激情,雙方的感情也易於隨時間而轉淡,導致戀愛關係中斷。

家庭因素:青少年處於求學階段,在學的青少年均須面對不同程度的學業壓力,加上青少年的心智尚未成熟,父母或會擔憂子女過分投入戀愛關係,為其學業和身心帶來負面影響,因而從中干預或作出反對,戀愛關係或會 隨之終結。

經濟因素: 需求和滿足程度的差異或會導致戀愛關係的結束。如果青少年的戀愛關係是建基於物質主義,倘若經濟能力未能滿足物質方面的需求, 戀愛雙方或會在消費開支的問題上產生磨擦和爭執,釀成戀愛關係破裂。

資料來源:通識教育年刊(2001年10月1日)、香港青年協會(2017年10月27日b)及ULifestyle(無日期)。

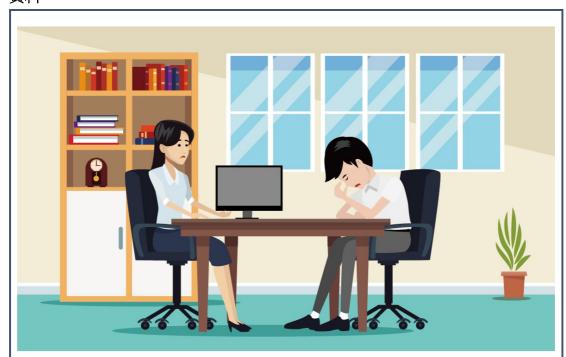




#### 工作紙二:如何說「分手」?

一個月後,俊傑和名美的愛情關係正式結束。資料一顯示俊傑與學校社工陳姑娘傾訴的情境和對話,細閱後回答下列各題。

#### 資料一:



旁白: 一個月後,俊傑同名美正式分手。俊傑覺得好唔開心,於是去

咗社工室同陳姑娘訴苦……

俊傑: 「陳姑娘……」

陳姑娘: 「俊傑,好少見你咁無精神喎……琴晚訓得唔好呀?」

俊傑: 「唔係呀,陳姑娘……我……我失戀呀……」

陳姑娘: 「介唔介意講俾陳姑娘聽發生咩事呀?等陳姑娘同你分擔

下。」

俊傑: 「係咁嘅……喺上個禮拜嘅平安夜,我收到名美嘅電話,佢約

我去附近嘅商場食飯。我嗰刻不知幾開心呀,因為同佢無

contact 成個月啦,勁掛住佢,仲諗住佢以後都唔踩我添……」

陳姑娘: 「跟著呢?」

俊傑: 「我仲特登襯靚件衫,一早就出咗去餐廳到等……本來食飯都

好地地,點知……」

陳姑娘: 「佢同你講分手?」

俊傑: 「但好決絕同我講分手……其實我早就懷疑佢同隔離嘅男同學

有野……本身我都唔係好信,依家唔信都唔得啦……」

陳姑娘: 「名美話你知係呢個原因?」

俊傑: 「佢話因為我無做好男朋友嘅本份,所以先同佢開始……佢仲

鬧我對佢唔夠好……」

陳姑娘: 「……」

#### 做一做

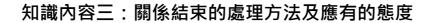
1. 你認為名美結束關係的處理方法有哪些妥善和不當之處?有沒有更佳的處理方法?

妥善之處	不當之處			
• 名美選擇了附近商場的餐廳(熟	• 名美在平安夜(特別的節日)突			
悉和開揚的公共場所)跟俊傑見	然提出分手,會令俊傑加倍受打			
面	擊			
• 名美抱著明確和堅決的態度,向	• 將分手原因全歸究於俊傑(指俊			
俊傑提出分手	傑沒有盡好男朋友的本份),會令			
	俊傑難以接受			
	更佳的處理方法			
	• 應顧及對方的感受,減低對對方			
	的傷害,如:			
	» <i>避免在特別的節日提出分手</i>			
	» <i>以謹慎的態度,給予合理及易</i>			
	於接受的原因			
	» <i>肯定和欣賞對方的付出</i>			
	» <i>避免指責、抨擊或侮辱對方</i>			

2. 假若你是陳姑娘,你會怎樣安慰和鼓勵俊傑?

(無固定答案,以下答案僅供參考)

我會鼓勵後傑樂觀和積極面對,接受與名美分手的事實,並明白暫別愛情不等於失去人生所有。我會告訴後傑,可藉著這個機會重新認識自己,發掘自己的優點,並反思分手的真正原因,領悟戀愛的真正意義。我也會鼓勵後傑與老師、家長或朋友傾訴,釋放內心的悲傷和失落,同時也應愛惜自己,在情況容許下,做一些增加自己正能量的事情。



#### 1. 關係結束的處理方法

在戀愛關係結束前,我們應當審慎評估和考量,仔細計劃和部署,並以成熟的態度面對愛情關係的結束。以下是相關處理方法的建議:

**結束原因**:在戀愛關係結束前,我們應仔細想想其他處理方法的可行性。 倘若結束戀愛關係真的無可避免,我們應當顧及對方的感受,以認真及和 平的態度,給予合理及易於接受的原因,讓對方較易接納;同時也應肯定 和欣賞對方的付出,避免指責、抨擊、侮辱,或將責任推予對方。

**結束日子**: 戀愛關係的結束應循序漸進,並給予對方一定的提示,讓對方在關係結束前有充足的心理準備。此外,我們也應避免在特別的節日或日子(如情人節、聖誕節、對方生日和相識紀念日等)提出結束戀愛關係,以免打擊加倍,同時也有助減低對方在情緒上的波動。

**結束地點**: 戀愛關係的結束須以安全為主要考慮,我們應選擇熟悉和開揚的公共場所,避免到郊外、海邊、雙方居所或四周無人的地方進行談判。 與此同時,我們也應保持警覺,留意該處會否較易接觸到危險物品,以免 對方因情緒波動而傷害自己或他人。

結束方式:倘若決定結束戀愛關係,我們便應抱著明確和堅決的態度,避免舉棋不定或拖泥帶水,以免讓對方認為仍有挽回感情的機會。此外,我們也可評估對方可能出現的反應,假若對方的情緒較易不穩,我們可考慮以書信和電話等通訊形式提出結束戀愛關係,再拜託他人代為跟進對方的情緒。

#### 2. 關係結束應有的態度

在戀愛關係結束的同時,被動分手的一方及主動分手的一方應當抱持著下列的態度:

被動分手者: 縱使被動分手者會因戀愛關係的結束而出現哭泣、憂鬱、失眠、食欲不振等負面情緒,但仍需樂觀和積極面對,接受戀愛關係結束的事實。被動分手者應當調整自己的心態,無須過分自責或充滿罪惡感,並

明白暫別愛情不等於失去人生所有。被動分手者應藉著這個機會重新認識自己,發掘自己的優點,並冷靜反思戀愛關係結束的原因,領悟戀愛的真正意義。此外,被動分手者也可找老師、家長或朋友傾訴,釋放內心的悲傷和失落;同時也應愛惜自己,保持均衡飲食和充足睡眠,多做增加自己正能量的事情。

**主動分手者**:倘若決定結束戀愛關係,主動分手者應抱著誠懇和認真的態度,給予對方較易接納的理由,並肯定和欣賞對方對戀愛關係的付出,避免傷害對方的自尊和感受。與此同時,主動分手者也應積極面對戀愛關係的結束,明瞭感情的維繫不能勉強,從而減少歉疚的情緒。

資源來源:綜合報章報道(2012 年 6 月 27 日)、香港青年協會(2017 年 10 月 27 日 c)及香港家庭計劃指導會(無日期 a)。





#### 「知情識性」(第四至第六課節)學與教材料:

#### 活動二:性、愛與婚姻

你對下列的說法持有甚麼意見?請在適當位置以「✓」號表示你的意見。

		-1F-24 <del>5</del>			-1F-24 <del>5</del>
		非常	同意	不同意	非常
		同意			不同意
1.	人們不應公開談性。				
2.	自慰是可接受的。				
3.	自願的婚前性行為是可接受的。				
	(供教師參考:根據現行法律,不				
	論女方是否同意,或由女方主動要				
	求,任何人與年齡未滿十六歲的女				
	童發生性行為,即屬違法。)				
4.	男女均可能產生性反應。				
	(供教師參考:性反應屬自然的生				
	理現象,男女均可出現性反應。)				
5.	只要在性交的過程中使用安全套,				
	便不會感染性病。				
	(供教師參考:即使在性接觸的過				
	程中使用安全套,也未能完全排除				
	<b>感染性病的可能性。</b> )				
6.	每個人都有權選擇戀愛的對象和交				
	往方式。				
7.	戀愛的感覺(有 feel)比激情重				
	要。				
8.	婚姻的目的在於傳宗接代。				
9.	同性婚姻是可接受的。				
	(供教師參考:香港法律僅承認異				
	性和一夫一妻制的婚姻,即一名男				
	性與一名女性結為夫妻的婚姻制				
	度。)				
10.	伴侶同居是可接受的。				

資料來源:教育局(2019 年 2 月 13 日 a)及香港家庭計劃指導會(無日期 b 及無日期 c)。

#### 工作紙三:戀人的抉擇

每組閱讀兩則資料:(1)資料—A或資料—B;及(2)資料二。小組成員先討論不安全性行為可能導致的後果,然後合力改寫劇本,協助小欣/嘉豪拒絕伴侶的性要求。

#### 資料一A:

一天晚上,子健和小欣到學校附近的公園談心,二人趁著四周無人,躲在一角 擁抱和接吻起來。後來,子健突然跟小欣輕聲說道……



子健: 「小欣……我好想要呀……」

小欣: 「傻豬,你想要咩呀?」

子健: 「嗰啲呢……成日睇戲會發生嗰啲呀……」

小欣: 「吓!?……」

子健: 「我哋都拍咗拖幾個月啦,你唔係唔愛我嘛……」

小欣: 「……」

**劇本由你改寫:**假若你是小欣,你會如何拒絕子健的要求?

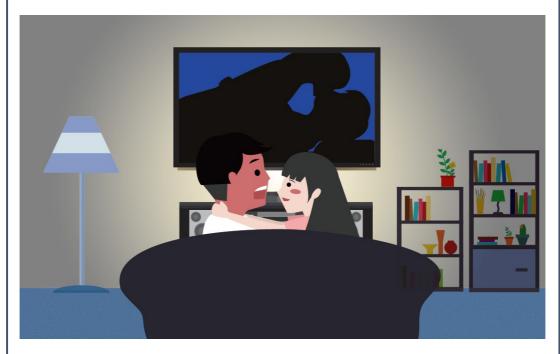
#### 拒絕子健要求的方法

(無固定答案,以下答案僅供參考)

- 「唔得!請你尊重下我……」
- 「我仲未 ready 做人媽媽……」
- 「有愛唔等於要有性……」
- 「時間都唔早啦!快啲返屋企做功課仲好啦……」

#### 資料一B:

在除夕夜, 玲玲到嘉豪的家中留宿。在節日和獨處的氣氛下, 玲玲大膽向嘉豪提出……



玲玲: 「嘉豪 BB,你睇下電視入面嗰對情侶,聽聞好刺激架……」

嘉豪: 「做戲啫……」

玲玲: 「你唔好扮野喎,男人個個都有需要架啦……我都知你想要

架……」

嘉豪: 「講咩呀你……我真係唔想喱……」

玲玲: 「我已經 15 歲架啦……最多有咩事唔使你負責……」

嘉豪: 「……」

**劇本由你改寫**:假若你是嘉豪,你會如何拒絕玲玲的要求?

#### 拒絕玲玲要求的方法

(無固定答案,以下答案僅供參考)

- 「唔得!請你尊重下我……」
- 「我唔想咁快做人爸爸……」
- 「有愛唔等於要有性……」
- 「唔好睇電視啦,我哋都係落街食野啦……」

#### 資料二:未婚少女的意外懷孕

近年,本港青少年對性的觀念愈益開放,未婚懷孕的個案持續上升,並出現年輕化的趨勢。有社工指出,以往接觸的最年輕未婚懷孕個案約為 15 至 16 歲,至近年降至 14 歲左右。部分青少年貪玩及尋求刺激,選擇在公園、公廁等地方進行不安全的性行為,結果造成意外懷孕,部分更因而感染性病。

懷孕後,部分少女與男友關係轉差,男女反指女方懷孕為其帶來經濟負擔,甚至要求女方進行非法人工流產。未婚懷孕不但對男女雙方造成情緒困擾,也對懷孕少女的健康構成極大風險,嚴重者更可能導致不育或死亡。

法律界人士提醒,根據《刑事罪行條例》,任何年齡的男性均不可與未滿 16 歲的女性發生性行為,一經定罪可被判監 5 年;若與未滿 13 歲的女童發生性行為,更可被判終身監禁。

資料來源:綜合報章報道(2017年6月9日、10月19日及11月29日)。

想一想: 進行不安全性行為可能導致甚麼後果?

#### 進行不安全性行為可能導致的後果

(無固定答案,以下答案僅供參考)

- 造成意外懷孕
- 容易感染性病
- 影響身心健康
- 男方須承擔法律責任
- 招致家人的反感和責備

#### 知識內容四:與戀人或異性訂定親密界限的目的和原則

踏入青春期以後,青少年會因荷爾蒙的增加和性器官的發育而對性產生好奇。 此外,朋輩間的從眾現象,或會使青少年抱著「人有我有」的心態,渴望與他 人發生性接觸。然而,胡亂的性接觸卻會影響身心健康,甚至造成意外懷孕及 法律責任等。因此,戀愛雙方應當就接吻、愛撫、性交等親密行為訂定界限。 以下為訂定親密界限的目的和原則:

#### 1. 尊重戀愛關係

每個人對親密關係的界線和感受均不盡相同,戀愛雙方應以相互尊重及平等對待的態度去處理親密關係。倘若其中一方作出過份親密的行為,另一方或會感到驚恐、反感或感到不受尊重,繼而破壞雙方的戀愛關係。事實上,青少年應當明白性並非愛情的全部;真正的愛情需要戀愛雙方的尊重和包容,我們不應以性作為要脅或條件;戀愛雙方應訂定親密界限,加強彼此的溝通和瞭解,從中領悟尊重和平等,有助維繫雙方的戀愛關係。

#### 2. 保障身心健康

訂定親密界限能有效保障戀愛雙方的身心健康。青少年的心智尚未成熟, 對性病及其預防方法或未有足夠的認識。性病患者的外表或與常人無異, 但卻能通過親密的性接觸傳播性病。即使在性接觸的過程中使用安全套, 也未能完全排除感染性病的可能。因此,避免親密的性接觸是預防性病的 最有效方法。而且,青少年也應留意對方有否濫交,以保障戀愛雙方的健 康。性是人最內在、最脆弱的一面,應在婚姻內、向完全信任的人展現, 否則關係破裂後或會受到很大的心靈傷害和遺憾。

#### 3. 避免意外懷孕

除影響身心健康外,親密的性接觸也可能造成意外懷孕。許多青少年對避孕的方法和原理缺乏認識,甚至欠缺承擔與性相關的結果所需要的經濟和感情基礎。倘若因一時衝動發生性行為而導致意外懷孕,便會造成嚴重的後果,不但使戀愛雙方身心受創,更會悔恨終生。因此,青少年應當衡量自己能夠承擔意外懷孕後果的能力,作出負責任的決定,與對方訂定親密界限便是避免意外懷孕的最佳方法。



縱使媒體呈現的性觀念似乎日漸開放,但現實社會仍普遍認為婚前性行為 乃越軌的行為,青少年不應隨意與他人發生性接觸。在激情過後,青少年 或會因不負責任的性行為而產生巨大的心理壓力,雙方或會懼怕事情曝 光,引來家人的反感和責備;也容易因擔心意外懷孕而終日提心吊膽。而 且,不負責任的性行為更可能導致性病,家人或難以接納和給予支持;社 會的奇異目光也會導致內疚和自我形象低落等負面情緒。因此,訂定親密 界限時也需合乎家庭與社會的期望。

#### 5. 遵守法律責任

在訂定親密界限的同時,我們也應瞭解相關的法律責任。根據現行香港的 法律,任何人與年齡未滿十六歲的女童發生性行為,即屬違法,一經定罪 最高可被判監五年;與年齡未滿十三歲的女童發生性行為更可被判處終身 監禁。有關法例也以保障女性利益為依歸,即使已獲女方同意,甚至由女 方主動要求發生性行為,男方仍會觸犯相關法例。因此,青少年人不應因 一時歡愉而胡亂發生性行為,以免悔恨終生。

在訂定親密界限後,戀愛雙方應當尊重彼此的共識,嚴守共同訂立的親密界線。 倘若對方的行為超越界線,我們應當堅決拒絕,並加以提點,這樣才能有效避 免不負責任的性行為。

資料來源:教育局(2019年2月13日b及2019年2月13日c)、香港家庭計劃指導會(無日期c及無日期d)及香港電台「通識網」(無日期)。



#### 工作紙四:子庭的疑惑

資料一顯示子庭找林老師傾訴心事 的情境和對話。 俊傑遇到甚麼問 題? 他的問題能如何有效解決?

試利用「整全性思考能力」的「解決 難題七步曲」,分析俊傑遇到的問題 及其解決方法。 「整全性思考能力」的「解決難題七步曲」分別為:

• 第一步:找出/確定問題

第二步:識別問題的各種成因

• 第三步:針對各種成因找出解決方法

第四步:評估各個解決方案第五步:選擇最好的解決方案

• 第六步:實行解決方案

• 第七步:評估與反思(所實行的解決方案) 註:本工作紙僅涵蓋第一步至第五步;第六步 及第七步暫不適用。

#### 資料一:



旁白: 近來,子庭為成長階段的性衝動和性幻想感到煩惱,因而向生

物科的林老師請教……

子庭: 林老師……我有啲 Bio 野想向您請教呀……

林老師: 你有 Bio 功課唔識做?

子庭: 唔係呀……其實係關於……關於青春期嘅野想問下您意見……

林老師: 你講來聽下……

子庭: 係咁嘅……早幾個月前,我上咗一個色情網站,想吸收下啲性

知識……您唔好誤會呀……我都只像好奇想睇下……

林老師: 子庭,踏入青春期嘅青少年對性產生好奇係一件好正常同自然

嘅事……

子庭: 不過呢……自從嗰次之後,我就成日上呢啲網,幻想住同女朋

友……有時仲會透過自慰去解決添……自從同女朋友第一次喺

僻靜嘅公園 Kiss 過之後,我發覺我嘅性幻想同性衝動愈來愈

強烈……林老師,我應該點算好呀?

林老師: 子庭,產生性幻想同性衝動都係自然嘅本能反應,但係……

#### 做一做

# 第一步:找出/確定問題

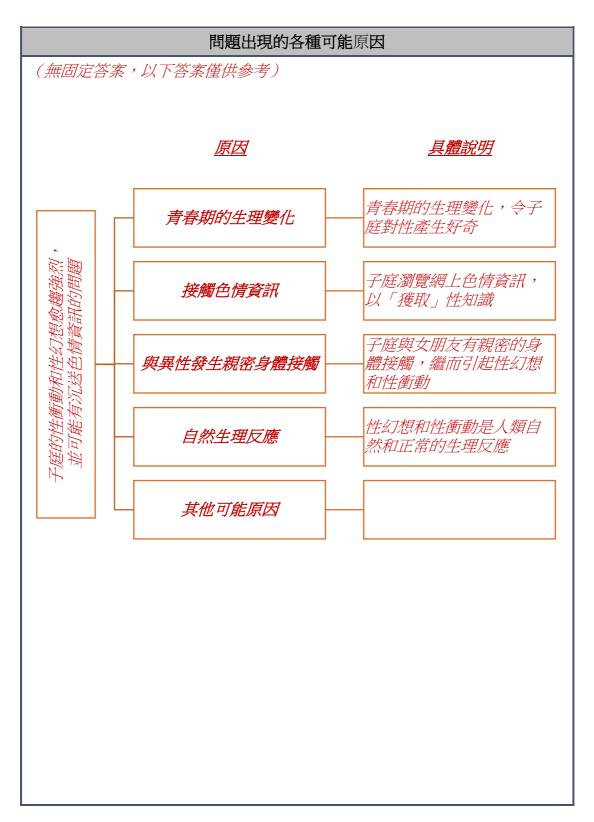
子庭面對甚麼問題?

#### 子庭面對的問題

子庭的性衝動和性幻想愈趨強烈,並可能有沉迷色情資訊的問題。

# 第二步:識別問題的各種成因

子庭提到哪些原因導致了上述問題的出現?你認為還有沒有其他可能的原因? 試運用腦圖 (mind map),綜合上述問題出現的各種可能原因。



#### 第三步:針對各種成因找出解決方法

如果你是林老師,你會建議子庭如何解決問題?試針 對相關原因建議多個解決方法。(無固定答案,以下 答案僅供參考)



原因一:*青春期的生理變化* 解決方法:

- 建立健康生活習慣
- 從正確途徑獲取性知識,如到圖書館借閱相關書籍,或瀏覽家計會的網站

解決方法:

原因二:*接觸色情資訊* 

- 遠離色情資訊
- 培養良好興趣,建立健 康生活習慣
- 從正確途徑獲取性知識

原因三:與異性發生親密身

體接觸

解決方法:

- 避免獨處環境
- 訂立及嚴守親密界線
- 多參與群體活動,建立健 康生活習慣

原因四:*自然生理反應* 解決方法:

- 培養良好興趣,建立健康生活習慣
- 遠離色情資訊

原因五: 解決方法:

### 第四步:評估各個解決方案

按照老師的指示,選取其中<u>一個</u>解決方 法,並從四方面分析及評估所選的解決方 法是否可取。(無固定答案,以下答案僅供 參考)



### 以下問題有助同學分析和評估各建議的解決方法:

- 是否能針對要解決的問題?
- 是否可行?
- 是否有效?
- 是否能顧及他人的感受?

所選取的原因:*與異性發生親密身體接觸* 選擇的解決方法:*訂立及嚴守親密界線* 



#### 優點:

能針對問題、可行、有效、能顧 及他人的感受:戀愛雙方共同訂 立及嚴守親密界線有助提高雙 方的個人防線,及避免出現過分 親密的身體接觸。



### 某些情况下未必可行、有效:

如戀愛雙方意志不堅定;又如 節日浪漫氣氛的影響,容易降 低個人防線,繼而打破雙方訂 立的親密界線。



### 其他參考答案(僅供教師參考):

解決方法:避免獨處環境

優點:能針對問題、可行、有效、能 顧及他人的感受:可避免接吻、擁抱 和愛撫等容易引起性幻想和性衝動的 身體接觸。

局限: *某些情況下未必可行、有效:* 隨著戀愛雙方的關係日深,親密程度 不斷提高,較難完全避免身體接觸。

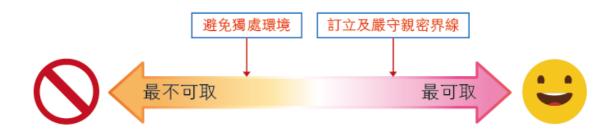
# 第五步:選擇最好的解決方案

1. 在整個活動的過程中,你和同學提出的解決方法是否符合下列各項?試利用下列的「解決方法檢視表」,在適當的位置填上「✓」號,評估和反思整個過程。(無固定答案)

解決方法檢視表				
	方法一	方法二	方法三	方法四
我提出的解決方法能針對問題。				
我提出的解決方法是可行的。				
我提出的解決方法是有效的。				
我提出的解決方法能顧及他人的				
感受。				
筆記:				

資料來源:教育局(2017)

2. 綜合以上分析,你認為哪些方法是最可取?試加以排列,並標示在下圖上。(無固定答案,以下答案僅供參考)



(註:本工作紙僅涵蓋「整全性思考能力」的「解決難題七步曲」中的第一步至第五步;第六步及第七步暫不適用。)

# 知識內容五: 青少年處理成長階段的性幻想和性衝動的方法

性衝動是指因身體受到觸覺、視覺、聽覺和心理因素等刺激而產生對性行為的 渴求和需要,是自然和正常的生理反應。隨著荷爾蒙的增加和性器官逐漸成熟, 青少年會對性產生好奇,不論男女均可能產生性幻想,甚至性衝動。然而,長 期沉溺於性幻想對青少年的正常社交和精神健康並無好處。我們可以透過下列 方法有效控制性幻想和性衝動。

### 1. 訂立親密界線

接吻、擁抱和愛撫等身體上的接觸容易引起性幻想和性衝動。隨著戀愛雙方的關係日深,親密程度會愈來愈大;倘若加上環境(如節日的浪漫氣氛)的推波助瀾,熱戀中的青少年會容易不自制地發生性行為。因此,戀愛雙方必須共同訂立親密的界線,避免過分親密的身體接觸。訂立後雙方必須共同遵守,並堅決拒絕對方超越界線的行為,這樣才能恰當地應對性幻想和性衝動。

### 2. 遠離色情資訊

感官上的刺激常導致青少年的性幻想和性衝動。要恰當地應對性幻想和性 衝動,青少年應謝絕各類色情電影和色情刊物,這些色情資訊常以誇張或 不道德的手法描繪性行為,對心智尚未成熟的青少年造成不良的影響。相 反,青少年應當尋找正確的途徑(如尋求師長的協助或到訪衞生署學生健 康服務的網頁),獲得正確的性知識。

### 3. 避免獨處環境

儘管戀愛雙方僅打算一起溫習功課或看電影,二人獨處的環境卻較易產生性幻想和性衝動,繼而發生性行為。事實上,現時許多青少年的性行為多發生在戀愛雙方的家中,或渡假屋等二人獨處的地方,這些地方會較易降低青少年的個人防線。因此,戀愛雙方應避免二人獨處的環境,同時也應避免在僻靜或幽暗的郊外或公園單獨約會,以減少產生性幻想和性衝動。

## 4. 建立健康生活習慣

青少年應當善用精力,投入更多具有意義和健康的事情(如參與義務工作、 球類運動等),同時也可與伴侶一同參與群體活動。這不但能擴闊社交生 活,更能增加彼此的瞭解,也可培養雙方的共同嗜好和興趣,有助鞏固和





# 工作紙五:我的承諾

試綜合本組合單元的學習,填寫下列的戀愛承諾卡。

(無固定答案,以下答案僅供參考)				
我的承諾				
我,(姓名) 明白到:				
如果我有戀人,我會跟他/ 她訂定下列親密界限的原 則:	如果我有性幻想/性衝動, 我會透過下列的方法加以控制:			
尊重戀愛關係 保障身心健康 避免意外懷孕	訂立親密界線 避免獨處環境 建立健康的生活習慣			
我知道,如果不恰當地處理親密關係,我可能需要承受以下的後果: 意外懷孕。 感染性病 家庭衝突  我承諾,我會培養自律、自制和抵禦色情資訊的能力,並明白這是自愛和尊重對方的表現,從而發展出更健康全面的戀愛關係和人際關係。				
等重到力的农场,促 <u>间</u> 较股山更限 承諾人簽署:	見證人簽署:			



青少年的心智尚未成熟,倘若因一時衝動發生不負責任的性行為,可能帶來嚴重的後果,包括意外懷孕、感染性病和造成家庭問題,甚或帶來法律責任。

### 1. 意外懷孕

許多青少年對避孕的方法缺乏認識,不安全性行為容易導致女性意外懷孕。心智未成熟的未婚少女缺乏充足的懷孕知識,欠缺適當的照顧和休息,甚至忽略產前檢查或延誤就醫;加上承受巨大的心理壓力,最終或會造成母親貧血、嬰兒早產或子宮內生長緩慢症等,對母親和嬰兒的健康構成嚴重的威脅。倘若選擇終止懷孕(即墮胎),對女性身體可能造成重大的傷害,包括失血過多、盤腔炎、子宮頸受損等。部分未婚少女或於懷孕後期才決定接受終止懷孕的手術,或選擇非法人工流產,結果造成更大的風險,除影響日後的生育能力外,嚴重者更會致命。

### 2. 感染性病

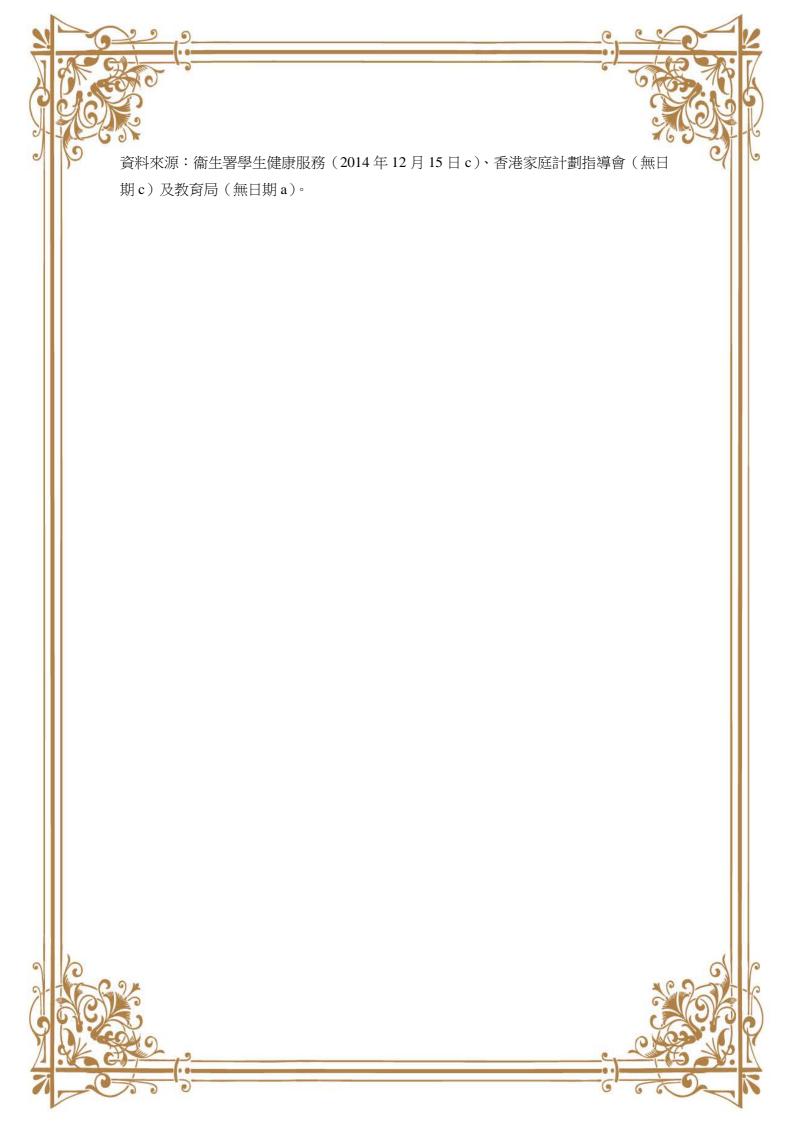
青少年的心智尚未成熟,往往缺乏對性病及其預防方法的認識。親密的性 接觸容易傳播性病,包括淋病、梅毒、尖銳濕疣(即椰菜花)和愛滋病等。 即使在性接觸的過程中使用安全套,也未能完全排除感染性病的可能,濫 交者感染性病的機會更高。部分性病的潛伏期長,嚴重的更會導致死亡。

### 3. 家庭問題

未婚少女意外懷孕容易引起雙方家人的反感和責備;加上社會和親友的奇異目光,結果造成更大的家庭矛盾和衝突。部分情侶或會奉子成婚,缺乏成熟穩定的感情基礎和承擔做父母重任的準備,未婚懷孕又帶來沉重的經濟和心理壓力,容易導致更多家庭問題,甚至婚姻破裂,對戀愛雙方和嬰兒的成長帶來巨大的負面影響。

## 4. <u>法律責任</u>

部分青少年對法律的認知不足,倘若因一時衝動發生性行為,不論女方是否同意,或由女方主動要求,男方仍可能觸犯相關法例。根據現行香港的法律,任何人與年齡未滿十六歲的女童發生性行為,即屬違法,一經定罪最高可被判監五年;與年齡未滿十三歲的女童發生性行為更可被判處終身監禁,導致悔恨終生。



#### 參考資料

am730 (2017 年 11 月 29 日)。《愛滋病病毒感染新增 153 宗 青年缺性知識易染性病》。於 2018 年 8 月 7 日擷取自網頁

https://www.am730.com.hk/news/%E6%96%B0%E8%81%9E/%E6%84%9B% E6%BB%8B%E7%97%85%E7%97%85%E6%AF%92%E6%84%9F%E6%9F %93%E6%96%B0%E5%A2%9E153%E5%AE%97-

%E9%9D%92%E5%B9%B4%E7%BC%BA%E6%80%A7%E7%9F%A5%E8 %AD%98%E6%98%93%E6%9F%93%E6%80%A7%E7%97%85-105712

U Lifestyle (無日期)。《維繫感情最重要的 3 個要素》。於 2018 年 5 月 24 日擷取自網頁

https://beauty.ulifestyle.com.hk/hk/news/girlstalk/ADgRYxEvA3I/%E7%B6%AD%E7%B9%AB%E6%84%9F%E6%83%85%E6%9C%80%E9%87%8D%E8%A6%81%E7%9A%84%203%20%E5%80%8B%E8%A6%81%E7%B4%A0.html

- 文匯報(2017 年 10 月 19 日)。《未婚媽媽趨年輕化》。於 2018 年 8 月 7 日擷取自網頁 http://paper.wenweipo.com/2017/10/19/ED1710190014.htm
- 明愛「愛與誠」綜合性教育計劃(無日期 a)。《真愛三角理論》。於 2018 年 5 月 21 日擷取自網頁

http://caritas.lovechastity.org.hk/lib\_details.php?record\_id=446&category\_target =1

- 明愛「愛與誠」綜合性教育計劃(無日期 b)。《愛與性的正確價值觀》。於 2018 年 5 月 21 日擷取自網頁 http://caritas.lovechastity.org.hk/values.php
- 明愛「愛與誠」綜合性教育計劃(無日期 c)。《戀愛目的》。於 2018 年 5 月 21 日擷取自網頁 http://caritas.lovechastity.org.hk/lib\_details.php?record\_id=416
- 明愛「愛與誠」綜合性教育計劃(無日期 d)。《問與答。於 2018 年 7 月 10 日 擷取自網頁 http://caritas.lovechastity.org.hk/qa.php?group=students

- 東網(2012年6月27日)。《失戀最痛 誘發情緒病》。於2018年6月11日擷 取自網頁 http://the-sun.on.cc/cnt/lifestyle/20120627/00484\_003.html
- 香港青年協會(2017年10月27日a)。《節日前後戀事多》。於2018年5月23日擷取自網頁

http://teachlike.hk/2017/10/27/%e7%af%80%e6%97%a5%e5%89%8d%e5%be%8c%e6%88%80%e4%ba%8b%e5%a4%9a/

香港青年協會(2017年10月27日b)。《愛人,先要愛自己》。於2018年5月 31日擷取自網頁

http://teachlike.hk/2017/10/27/%e6%84%9b%e4%ba%ba%ef%bc%8c%e5%85%88%e8%a6%81%e6%84%9b%e8%87%aa%e5%b7%b1/

香港青年協會(2017年10月27日c)。《愛情風險管理》。於2018年6月1日 擷取自網頁

http://teachlike.hk/2017/10/27/%e6%84%9b%e6%83%85%e9%a2%a8%e9%9a %aa%e7%ae%a1%e7%90%86/

香港青年協會(2017年12月14日)。《情人節,表白日?》。於2018年5月23日擷取自網頁

http://teachlike.hk/2017/12/14/%e6%83%85%e4%ba%ba%e7%af%80%ef%bc%8c%e8%a1%a8%e7%99%bd%e6%97%a5%ef%bc%9f/

- 香港家庭計劃指導會(無日期 a)。《講愛情 失戀・自解・備忘錄》。於 2018 年 6 月 12 日擷取自網頁 https://www.famplan.org.hk/zh/resources/sexuality-education-resources/classroom-and-quiz/detail/LOV02
- 香港家庭計劃指導會(無日期 b)。《青少年性行為的反思》。於 2018 年 8 月 7 日擷取自網頁 https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-resources/classroom-and-quiz/detail/AS01
- 香港家庭計劃指導會(無日期 c)。《性行為考慮因素 I》。於 2018 年 8 月 7 日 擷取自網頁 https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-educationresources/classroom-and-quiz/detail/AS02

- 香港家庭計劃指導會(無日期 d)。《回答性問題技巧》。於 2018 年 7 月 12 日擷取自網頁 https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-resources/classroom-and-quiz/detail/SE06
- 香港家庭計劃指導會(無日期 e)。《如何控制性衝動?》。於 2018 年 7 月 12 日 擷取自網頁 https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-educationresources/classroom-and-quiz/detail/AS04
- 香港經濟日報(2017年6月9日)。《中一生嘗禁果 母受困擾求診精神科》。 於2018年8月7日擷取自網頁

https://topick.hket.com/article/1832115/%E4%B8%AD%E4%B8%80%E7%94%9F%E5%98%97%E7%A6%81%E6%9E%9C%20%C2%A0%E6%AF%8D%E5%8F%97%E5%9B%B0%E6%93%BE%E6%B1%82%E8%A8%BA%E7%B2%BE%E7%A5%9E%E7%A7%91

- 香港電台「通識網」(無日期)。《懷孕 VS 避孕》。於 2018 年 7 月 30 日擷取自網頁 http://www.liberalstudies.hk/sexed/ls\_sexed\_09.php
- 教育局(2017)。《綜合運用共通能力資源冊(初中)—個人、社會及人文教育 學習領域》。香港:課程發展處個人、社會及人文教育組。
- 教育局(2019年2月13日a)。《如何面對性衝動》。於2018年7月12日擷取 自網頁

http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/mce/sed/webfiles/TeacherResources/05\_Young/files/DownloadFile.asp?DLfileName=life-event\_seximpluse.doc

- 教育局 (2019 年 2 月 13 日 b)。《性在安全 全面探討安全性行為》。於 2018 年 7 月 12 日擷取自網頁
  - http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/mce/sed/webfiles/TeacherResources/05\_Young/files/DownloadFile.asp?DLfileName=life-event\_condomuse\_appendix1\_poster.pdf
- 教育局(2019年2月13日c)。《戀愛角力》。於2018年7月12日擷取自網頁 http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/mce/sed/webfiles/TeacherResources/06\_Voi/files/life-event\_LoveAbuse.doc

- 教育局(2019年2月15日)。《生活事件教案 性=愛?》。於2018年5月21 日擷取自網頁 https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/4-key-tasks/moral-civic/lea/ks4\_4\_7.doc
- 通識教育年刊(2001年10月1日)。《大學生愛情關係分手的研究》。於2018年6月1日擷取自網頁

http://210.6.198.11/cache/tagv.mohw.gov.tw/TAGVResources/upload/Resources/2014/9/%E5%A4%A7%E5%AD%B8%E7%94%9F%E6%84%9B%E6%83%85%E9%97%9C%E4%BF%82%E5%88%86%E6%89%8B%E7%9A%84%E7%A0%94%E7%A9%B6.pdf?ich\_args=1b8e67d40f5f90742f4cff9ffe4c653b\_1\_0\_0\_2\_0d4b665c0de068e6e72ea190bf48892846b651e0340610acb077b5ad2e5b66d9\_36f7288818312a2e177680fc91e93c76\_1\_0&ich\_ip=

- 新婚生活易(無日期)。《愛的宣言樣本》。於 2018 年 8 月 30 日擷取自網頁 https://wedding.esdlife.com/tools/declarationoflove.php?shareid=3&category=0
- 衛生署學生健康服務 (2014 年 12 月 15 日 a)。《性教育》。於 2018 年 5 月 21 日 擷取自網頁

https://www.studenthealth.gov.hk/tc\_chi/health/health\_se/health\_se\_ts.html

衛生署學生健康服務 (2014 年 12 月 15 日 b)。《性教育 約會與戀愛》。於 2018 年 7 月 10 日擷取自網頁

https://www.studenthealth.gov.hk/tc\_chi/health/health\_se/health\_se\_en\_lo.html

衞生署學生健康服務(2014年12月15日c)。《性教育 命運在你手》。於2018年7月10日擷取自網頁

https://www.studenthealth.gov.hk/tc\_chi/health/health\_se/health\_se\_yfyh.html

