

性別平等教育彈性課程教案

設計人：林芝綺

教學節數：共 2 節

活動名稱	看見感情關係中的我	配合課程	
教材來源	自編教材		
學習重點	1. 讓學生了解恐怖情人的特質、行為模式 2. 讓學生能辨別恐怖情人並知道如何保護自己及尋求協助 3. 讓學生能學習察覺自己的情緒，並尋找妥善的方式面對		
設計理念	課程帶領學生察覺感情中的情緒變化，能夠在特別的心理狀況時，有所警覺與應變。透過實地演練各種感情糾紛，讓學生在遭遇恐怖情人時，有妥善的處理方式，以保護自身安全。課程最後配合繪本故事，點出感情關係的鬆緊拿捏，溫柔表達與尊重彼此才是情感長久的關鍵。		
教學準備	教師準備： 各節課要播放的影片及播放設備 繪本（實體書或圖檔） 課中閱讀的文章及學習單	學生準備： 課前閱讀恐怖情人相關資料	
教學資源	影片： 影片一：愛你愛到殺死你！ 恐怖情人的十種特徵 三立新聞網SETN.com https://www.youtube.com/watch?v=bOyyE7EER9A 影片二：非誠勿擾2 https://www.youtube.com/watch?v=1P-7uTiyymM&t=755s 參考影片一：臺北e大微課程-我，跟我的恐怖情人談分手 https://www.youtube.com/watch?v=iu8aBAzCmSY&t=82s 參考影片二：繪本「好好照顧我的花」 https://www.youtube.com/watch?v=-5cwYBSa6ds 新聞與參考資料： 新聞一：竹科女工程師成背後靈 帥警也要聲請保護令 新聞二：台北市恐怖情人3年成長近7成！ 未同居「跟蹤騷擾」最常見 參考資料一：我們的愛到底怎麼了(被害人版) https://reurl.cc/7KpDQ 參考資料二：冷靜降溫不傷害(相對人版) https://reurl.cc/paM1e 參考資料三：辨識家暴及安全分手(一般大眾版) https://reurl.cc/dQW26 參考資料四：「好好照顧我的花」導讀 http://163.23.86.98/gender/uploads/tadnews/file/nsn_77_2.pdf		
核心素養項目	A1身心素質與自我精進 A3規劃執行與創新應變 B2科技資訊與媒體素養 C1道德實踐與公民意識 C2人際關係與團隊合作	核心素養 具體內涵	綜-J-A1 藝-J-A3 綜-J-B2 社-J-C1 社-J-C2

議題融入	【性別平等教育】 性J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 【人權教育】 人J1 認識基本人權的意涵，並了解憲法對人權保障的意義。 人J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。 品J9 知行合一與自我反省。 【生命教育】 生J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。 生J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。 家J4 探討人際交往、約會、婚姻與家庭建立的歷程。			
統整相關領域	社會領域、健康教育領域、藝術與人文領域、綜合領域			
教學指導要點（活動流程）		教學時間	教學資源	評量方式
準備活動： 教師先詢問學生面對分手自己的感受與做法。		2mins		個人舉手回答
一、引起動機：心理小測驗—分手反應測驗性格 教師展示出心理測驗的題目，讓學生舉手選擇後，說明每個選項的代表的意義，但強調每個人在面對不同的對象及情況，以及自己的狀態與不同階段，都可能會有不同的行為表現，不能用一次的心理測驗以偏概全。		3mins	網路資源	
二、發展活動： (一) 恐怖情人的特徵與行為模式 1. 閱讀新聞一及新聞二 2. 分組討論恐怖情人的特徵與行為模式 3. 分組上台分享，其他組成員及老師給予回饋 4. 總結：利用觀看影片一，整理恐怖情人類型與行為模式。		3mins 3mins 3mins 5mins	新聞	分組討論 口頭報告
(二) 自我保護及向外求助的管道 教師一邊講解一邊提問。 1. 情緒偵探隊：在感情中我們能夠察覺自己的情緒與狀態，並真實的面對。 2. 理性大作戰：懂得如何平復自己的情緒並能夠冷靜且理性面對感情中的大小事。 3. 勇敢說再見：學會辨識家暴並且安全分手。		5mins 5mins 5mins	簡報（參考資料一、二、三）	個人舉手搶答

三、綜合活動 (一) 角色扮演 1. 選擇一個新聞或動畫作為情境，讓各組模擬如果遇到恐怖情人，應該要怎麼做。 2. 分組上台演示，其他組成員及老師給予回饋 (二) 教師總結：在一段感情關係中，我們要能夠察覺自己的狀態與情緒，並做理性判斷，在遭遇到困難時，要懂得保護自己與向外求助。 <第一節結束>	5mins 5mins 1min	新聞或動畫	分組演示
一、引起動機 (一) 快問快答:上一堂課內容複習, 在簡報上展示題目, 讓學生比出圈或叉。 (二) 選用生活新聞事件中負面之分手案例動畫，引發學生思考如果動畫中的男女主角是自己或親友，我們能夠給他們什麼建議或是求助方法。	2mins 3mins	簡報 新聞、簡報	比動作回答 個人舉手回答
二、發展活動：好好照顧我的花 1. 繪本共讀： 2. 繪本討論： (1) 巨人象徵在感情關係中的哪一方？ (2) 羅蘭象徵在感情關係中的哪一方？ (3) 身高象徵什麼？ (4) 他們如何面對離別？ (5) 離別之後，他們做了什麼改變？ (6) 如果你的巨人/羅蘭，你會怎麼做？	7mins 10mins	繪本（實體書或簡報）	全班討論參與度
三、綜合活動 (一) 創意分手儀式 1. 播放影片二（5:08-10:34） 2. 各組討論正向理性有創意之分手方式或儀式 3. 各組上台分享，其他組成員及老師給予回饋 (二) 教師總結：感情中有遇見就有離別，雖然我們不能改變別人的想法，但是我們可以改變自己，讓自己變得更好。 <第二節結束>	6mins 8mins 8mins 1mins	影片	分組討論 口頭報告

【學習單】

一、恐怖情人知多少

最近查查身上常常有瘀青，而且情緒很不穩定，她說她的男友常常打罵她，查查一說想要分手就會被打，但是當朋友批評她男朋友的時候，查查又會說男朋友的好話。如果是你，你會提供什麼資訊給查查並且如何幫助她？

什麼是恐怖情人？

恐怖情人有哪些類型？

遇到恐怖情人，該怎麼辦？

方法一

方法二

方法一

情境二：分手之後我常覺得很沮喪……

方法一

【附件】（參考）心理測驗（取自<https://tests-game.blogspot.com/2017/05/blog-post.html>）

當你決定和男朋友說掰掰的時候，你準備把他寫給你的信、卡片丟掉，你會用什麼樣的方式來處理呢？

- A.隨手丟到垃圾桶
- B.小心包好再丟掉
- C.折一折再都丟掉
- D.揉成一團再丟掉
- E.都撕碎後再丟掉

各選項解答：

A、隨手丟到垃圾桶：一刀兩斷分就分了吧！

你是一個很乾脆的女生，痛苦歸痛苦，但你才不想在分手後還傻傻付出感情呢！想得開的你，一切都是好聚好散！

B、小心包好再丟掉：獨自品嚐悲傷

你是一個心思細膩浪漫的女生，大概從沒想過會有輕易就分手的一天吧！你會為分手流不少眼淚，仔細品嚐悲傷的滋味，雖然決定要埋葬傷心的過去了，不過，屬於你們的戀情會在你的心底藏上好一陣子才能釋懷！

C、折一折再都丟掉：分手比較情緒化

捉摸不定的特質，可能也是你讓對方覺得難以相處的原因之一吧！其實你是很體貼溫柔的，只是需要學著控制情緒，要不然走到分手的地步才想挽回，就太遲了。

D、揉成一團再丟掉：你的分手很任性

因為你的性子急又愛面子，斬釘截鐵的分手很多是因為一時任性所致，不過事後你會很後悔，試著去挽回，看在他的眼裡就很像是在死纏爛打了。

E、都撕碎後再丟掉：你有點像是恐怖情人

遇到分手這樣令人傷心的事，就會引爆性格可怕的部分，如果你的分手狀況令你很不堪，你甚至會想用手手段來報復。看開一點吧，相信還會有更好的人在等你呢！