

實踐經驗分享

「如何有效在課堂推行性與關係教育」

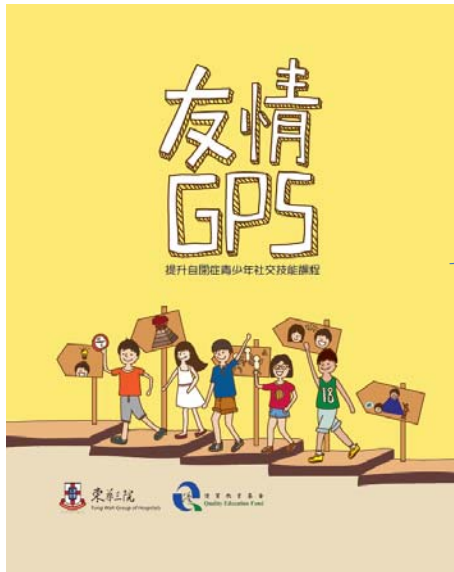
臨床心理學家 陳詠恩博士
註冊社工 林志耀先生

2/7/2025



GPS支援系列

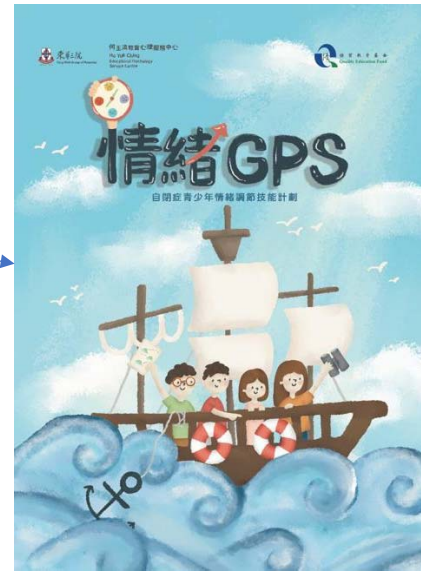
2014-2016



2018-2020



2021-2022



2022年9月起



中學生
社交技能發展
GPS

中學生社交技能發展GPS 計劃內容

初中班課



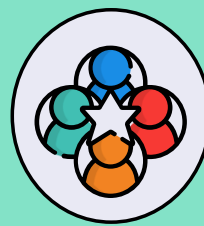
- 全年6節
- 主題：社交、性與關係、情緒調節

訓練小組



- 確診或懷疑自閉症譜系障礙學生
- 10節小組

教師培訓



- 全校教師工作坊
- 聯校教師工作坊
- 各類會議及諮詢

家長講座



- 主題：社交、性與關係、情緒調節

中學生社交技能發展GPS 計劃內容

初中班課



- 全年6節
- 主題：社交、性與關係、情緒調節

性與關係教育

- 青春期（生理）
- 青春期（心理）
- 性與媒體
- 戀愛及約會-尋找對象、培養感情
- 戀愛終結-處理爭執、和平分手
- 親密界線



性與關係教育

正常化



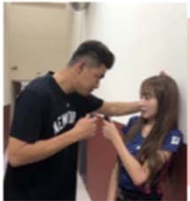
洪水法

熱身活動



你在網上看到以下有關追求心儀對象的「攻略」。
你覺得這些方法合適嗎？為什麼？

對方心情不好時，輕拍他/她的頭。



近距離的接觸 - 壁咚

在對方耳邊悄悄話



稱讚對方的身材



不論是什麼關係，
都不能假定對方接受
到這些言行。



這樣可以嗎？

1. 小美看見小明上課的時候睡着了，於是決定搔癢他去叫醒他。
2. 念慈在更衣室換衣服時，打量其他同學，並作出評論。
3. 小華在小息時，在課室內用手勢去示意不同女性的身形。



不叫他們不要做



鼓勵他們做



兩大原則



《淫褻及不雅物品管制條例》

《防止兒童色情物品條例》

《刑事罪行條例》

纏繞行為

《性別歧視條例》

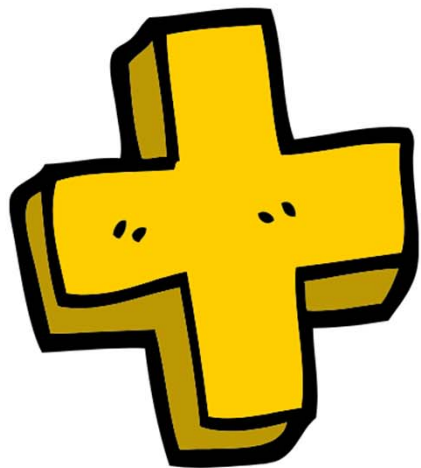


尊重

想想對方的感受？

性與關係教育

自我觀察

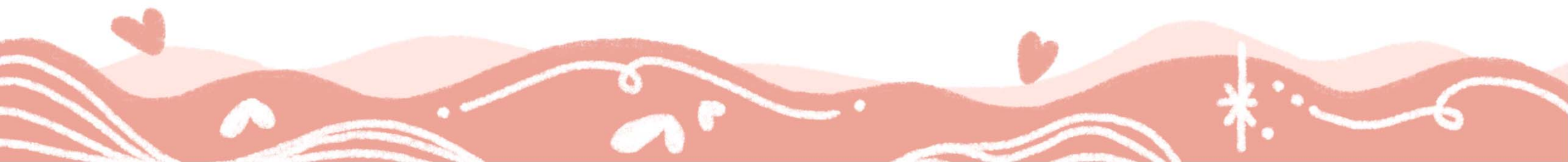


自我保護





如果別人的行為使你反感，
你有權表達不喜歡並請對方停止。





對於在課堂提供性與關係教育，你有甚麼擔心或關注的地方？



未能解答學生提問

拿捏專業的用語

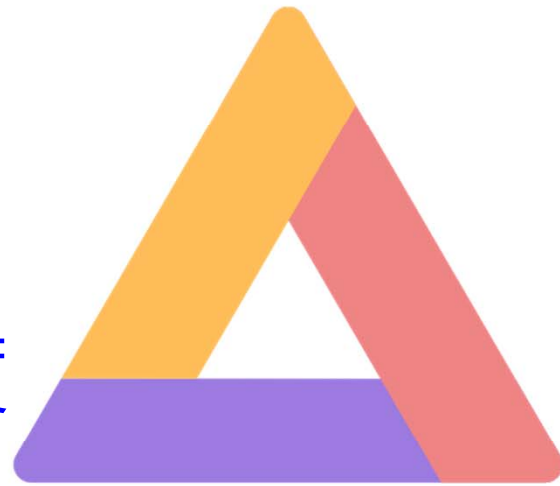


知識



怕尷尬

態度



技巧



尺度

太抽象

學生會起哄

宗教唔允許提及

怕教左=鼓勵學生發生性行為

同學突然問你自身經驗

..... **HOW ?**

向學生進行性教育的自我裝備



何謂性與關係教育？

男孩子入男廁，
女孩子就入女廁。

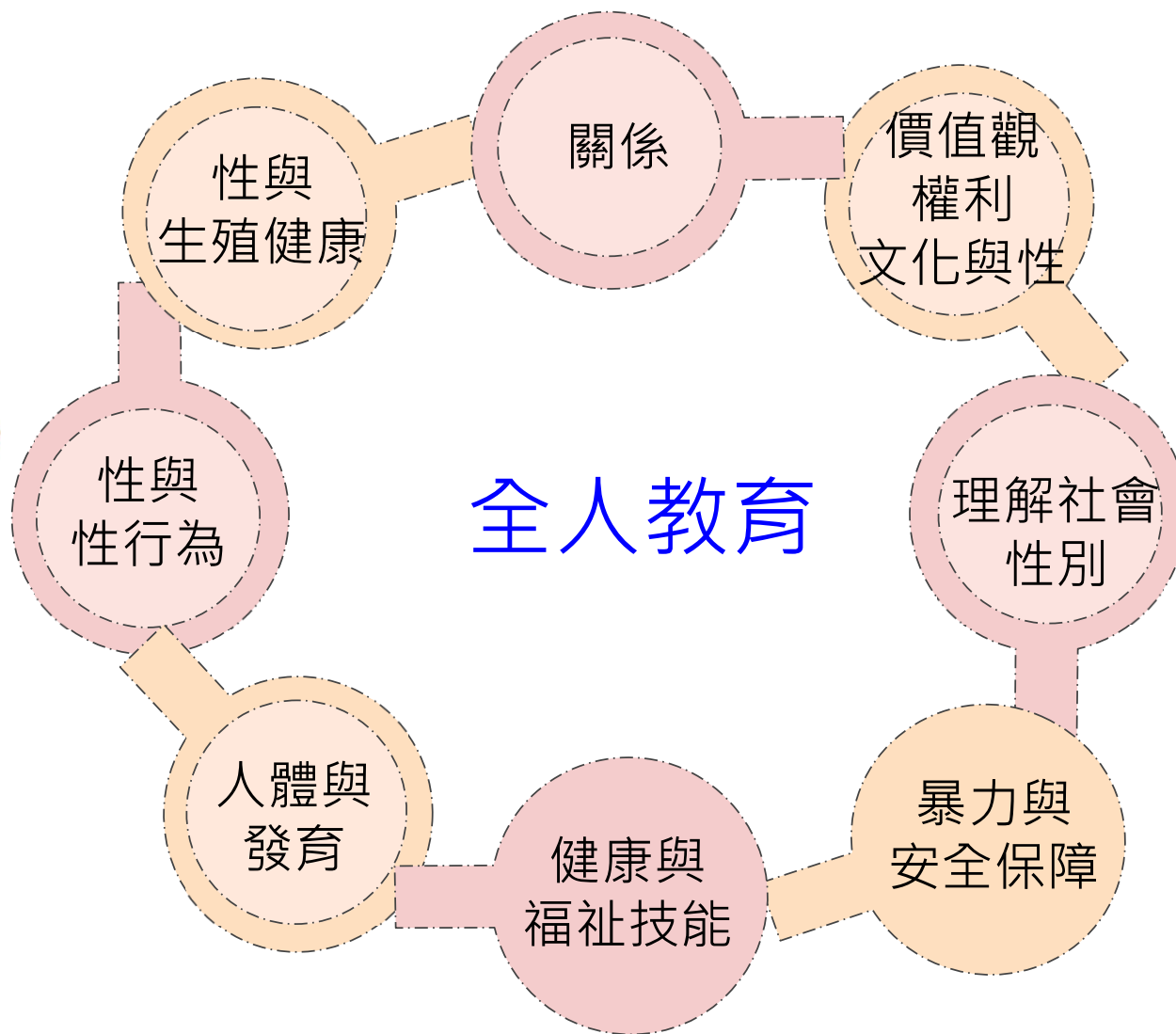
如果個朋友
次次都係要你就晒佢，
就要再考慮一下
呢個係咪值得交嘅朋友

進行性行為就有機會
感染性傳染疾病。

想搭人咁膊頭之前
要先問得同意。

上網唔好隨便
分享個人資料俾人。

內容概覽



(UNESCO, 2018)

全面及準確的性與關係教育

作出
知情決定

避免過早
的性行為

減低受到性
侵犯的風險

不會助長他們不恰當的行為



先給你看看trailer (預告片)...

幾時會不斷長高?

為什麼我還未長高?

how old is suitable for having a 伴侶?

為甚麼青春期的更
容易生氣?

常常想開口罵人
(我也不想的)

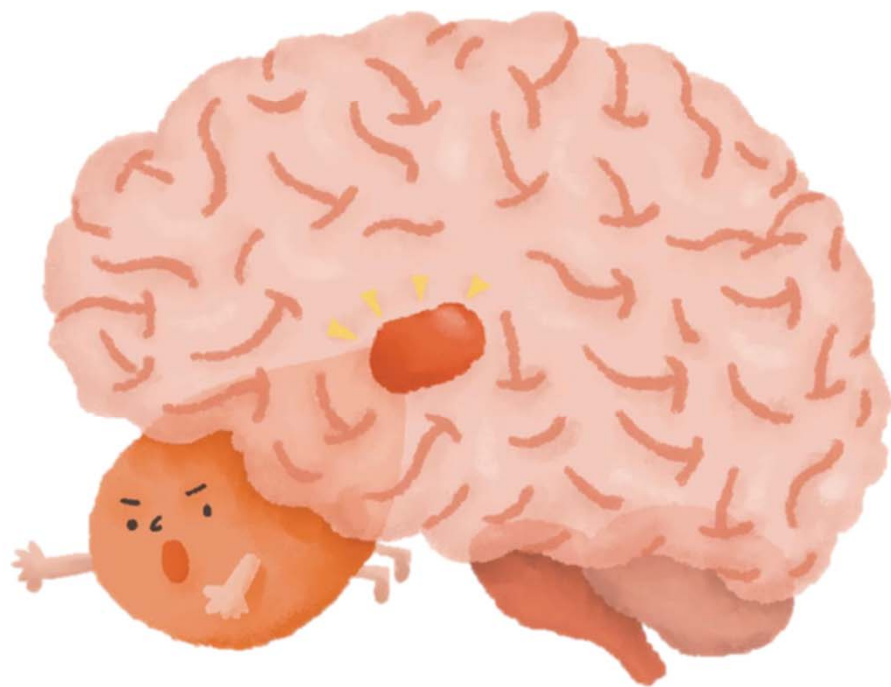
有性慾是否正常
如何正確解決性慾

我每天起身時
都會erect了

月經不規律，
是正常嗎?

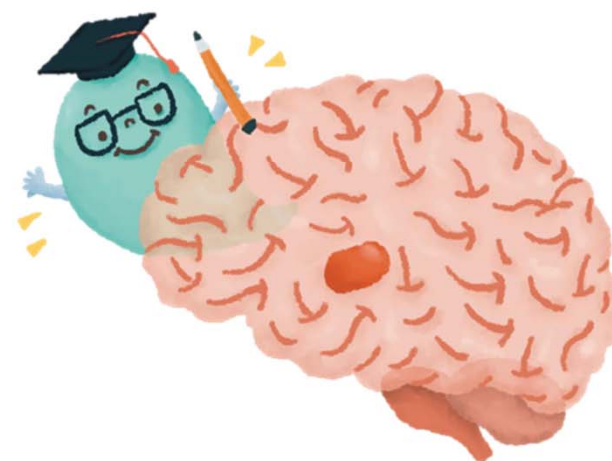
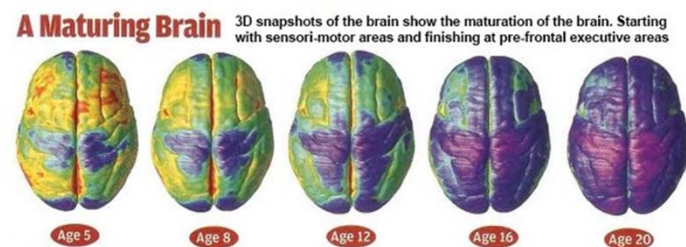
如何戀愛，
怎樣吸引男生

學生進行青春期的任務的「配套」



情感腦

急速發展！



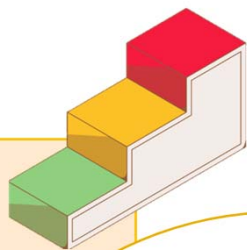
理性腦

尚待成熟...

接受性與關係教育時，學生的反應.....



性教育的大原則



- 根據發展階段
- 包括兩性
- 以人為本

內容

時間

- 自出生開始
- 持續的

地點

人物

- 留意場合
(按內容)

- 信任的人

是否適齡？

有否得到對方同意？

有否傷害自己或他人？

回應問題的技巧

直接提供答案

擴闊角度

問者先答

直認不懂，共同計劃如何尋找答案

我曾被學生問過.....

我想知道點樣
可以生高啲~

老師
同你嘅老師
有啲關係嗎?

Do you have
a boyfriend?

如果被表白
應該點算?

老師
你有幾個
小朋友?

我應該點樣同
鍾意嘅人表白呢?

阿Sir,
你幾多歲?

老師, 你拍過
幾多次拖呀?

係咪
AD

老師,
你鍾意咩
type呀?

老師
可唔可以follow
你ig呀

阿Sir, 你人工
幾多呀?

阿Sir/Miss
你有無睇過
AV先?

我好唔好
同嗰個
男仔/女仔
出街?

我點先知道自己
鍾意男仔定女仔?

老師,
你幾時結婚?

回應問題的技巧

直接提供答案

擴闊角度

問者先答

直認不懂，共同計劃如何尋找答案

性教育的大原則

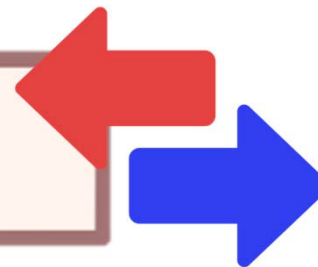
開明

正面

事實為本



就地取材



個人
價值觀

我曾被學生問過.....

我想知道點樣
可以生高啲~

老師
同你拍過
有咩準備?

Do you have
a boyfriend?

如果被表白
應該點算?

老師
你有咁多個
小朋友?

我應該點樣同
鍾意嘅人表白呢?

阿Sir,
你幾多歲?

老師, 你拍過
幾多次拖呀?

係咪
AD

老師,
你中意咩
type呀?

老師
可唔可以follow
你ig呀

我點先知道自己
鍾意男仔定女仔?

老師,
你幾時結婚?

阿Sir, 你人工
幾多? 有咩車?

阿Sir/Miss
你有無睇過
AV先?

我好唔好
同個個
男仔/女仔
出街?

知識 + 技巧

學生希望老師.....



老師講得清楚

態度

學到好多野，導師好有耐心

professionalism

導師用心

老師的語氣和態度

導師講解詳細

導師的理解!

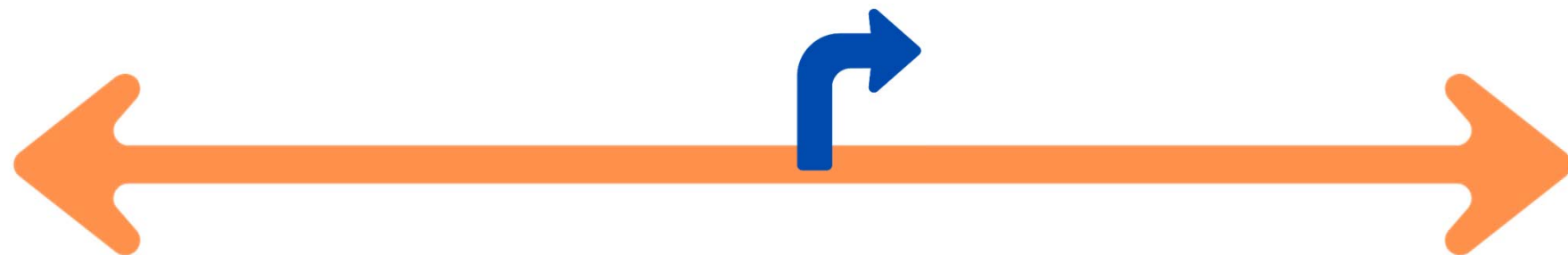
導師風趣

我欣賞老師的教導

??

導師的戀愛經驗

中庸之道



老生常談



驚為天人



介入方向

知識、價值觀



行為



想法



感受



慾望、衝動

Don'ts

+ Dos'

向學生進行性教育的自我裝備

開明正面
擴闊學生的角度
將討論平常化

知識

不一定要知道
所有知識，
同時可主動探求相關資訊
(≠價值觀)

態度

技巧

把握時機的技巧
回應問題的技巧

知識

收成之時

態度

學會如何處理生理變化

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

從可信的媒介得到正確資訊

(從可信的媒介得到正確資訊)

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

學會分析性資訊。

(學會分析性資訊。)

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

注意言行，避免冒犯別人。

(注意言行，避免冒犯別人。)

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

我明白到要保持衛生

(我明白到要保持衛生)

技巧

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

學會如何教導別人別沉迷色情資訊。

(學會如何教導別人別沉迷色情資訊。)

知道內在美 > 外在美

戀愛不用太急

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是：

發掘到自己的特質

(發掘到自己的特質)

(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是：

明白到特質和長處是面對挑戰的關鍵。

(明白到特質和長處才是面對挑戰的關鍵。)

對男女都要尊重及給多些同理心

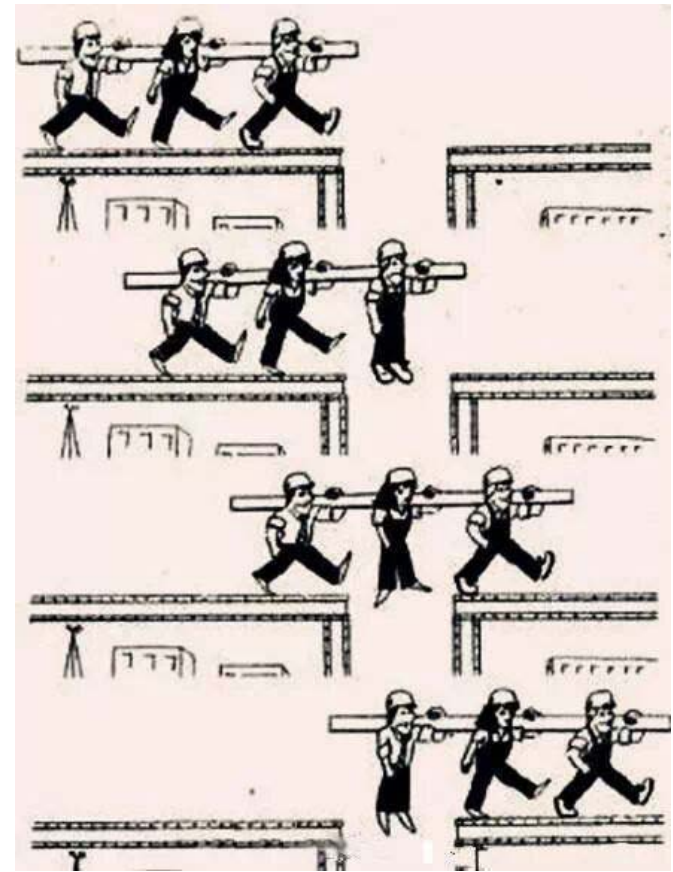
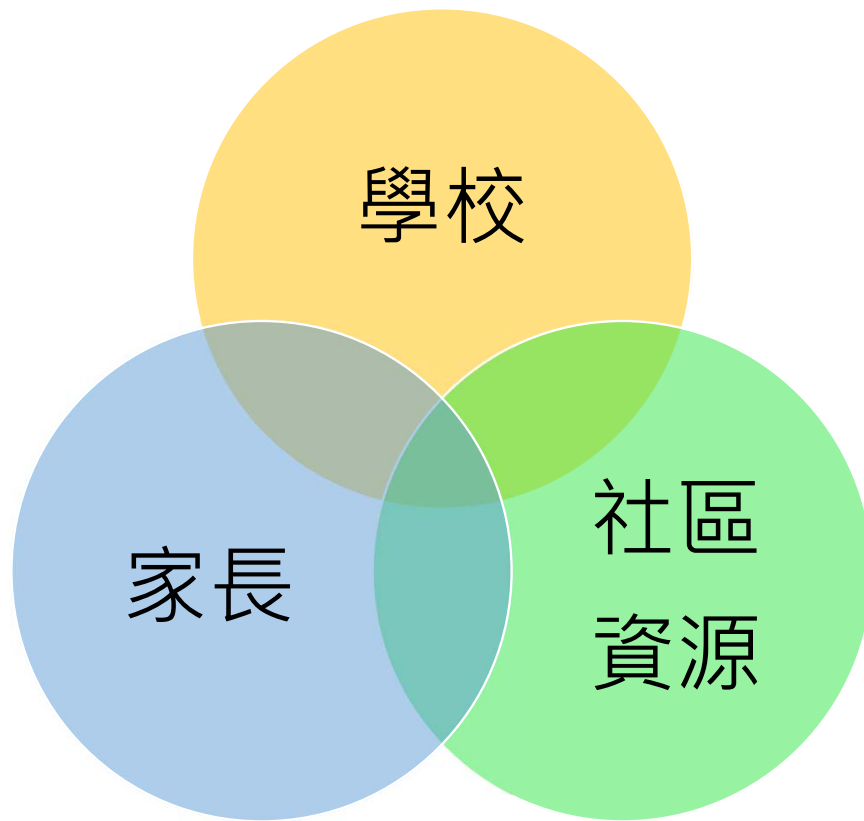
(二) 在這節班課中，我最大的得著 / 欣賞之處是...

明白親密界線的重要，要合理拒絕。

(明白親密界線的重要，要合理拒絕。)

拒絕令我感到不適的身體接觸

性與關係教育



THANK
YOU!



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

何玉清教育心理服務中心

Ho Yuk Ching
Educational Psychology
Service Centre