

如何跟學生談「性」？

我是專長為性諮商的諮商心理師，在性教育、性諮商的專業工作領域耕耘了十二年。我希望在這篇文章中，分享這些年在各地各級單位學校，短期或長期協助教師培養處理性問題能力的培訓經驗，所發展出的一些工作模式與建議。

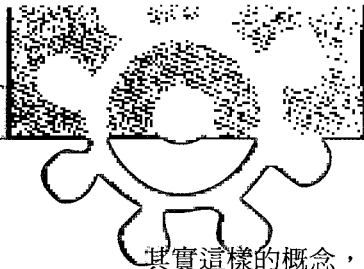


一般來說，我最常接受到的邀約是為時2~3個小時的演講。主辦單位往往都希望我能在這短短的時間，幫助教師培養處理性問題的能力，或具備正確的性價值觀。老師們面對學生愈來愈多元的性議題而產生了困擾、困惑與無助，甚至傷害，因此殷切的期盼能對性議題多一些了解，也期望演講者可以幫助老師們具備處理各種狀況的能力。然而這樣的設計忽略了性議題的禁忌性，以及其因不同個體對性的接受程度與價值觀之差異，進而產生不同的感受、偏見與處理方式。講座的设计也假設價值觀可以被教導，因此期待在兩到三個小時中教導老師有正確的性價值觀。然而，事實是在此是非對錯不再那麼絕對的時代中，不同的角度就會產生多元價值觀，價值觀已無法做單一的教導，而是存在每個經驗中。我們必須學會認真的問自己：「你想成為怎樣的一個人，你做出自己的選擇，就會形成屬於你獨一無二的價值體系。」換句話說，兩、三個小時的演講能為老師做的實在有限。

如何培養有能力處理性問題的教師和家長？

從我多年在台灣協助專業助人工作者之性價值觀重整的經驗來看，花費5至7天對參與者進行性價值觀解構與重整，是一個起碼的時間。然而這只是入門，後續以美國性教育、性諮商、性治療協會認證標準，與台灣性教育協會正在推動的專業認證的架構來看，皆仍須總時數超過120小時以上的進修課程，再加上實務工作經驗，才能取得專業認證資格。一般學校主事者忽略了一位性專業助人工作者的養成，需要大量時間與精力的投入。我建議，每個學校推薦數位對性議題有興趣的老師，鼓勵並支持他們到專門培訓性專業工作者的機構（如：杏陵醫學基金會或臺灣性教育協會）做長期的訓練，並取

得次專業的認證，回到學校後可成為其他老師性教育的諮詢對象，並協助處理性教育相關問題，進而召集有相關背景的老師們形成合作小組。因為團隊合作能使老師不耗竭，同時較有效地處理問題的發展趨勢與模式，而當這些老師有無法處理的議題時，該訓練機構會以提供諮詢或督導的方式成為其強力的支援與後盾。另外的作法是在徵聘新老師時，考慮有性教育或性諮商次專業認證的老師或心理諮商師為人選，來強化學校的師資團隊，此作法可使學校在面臨學生性教育相關問題時，不至手足無措，甚至做出錯誤的處理。



其實這樣的概念，杏陵醫學基金會早在多年前就已開始推動，每年不只有性教育種子講師菁英培訓計畫，更設立性教育輔導專線，俾使教師在面對學生性教育相關問題時，提供專業的諮詢與協助。今年（2008）台灣性教育協會也積極推動性教育師、性諮商師、性治療師的專業認證，希望喚起大家對性教育、性諮商專業的重視。一個專業人員的培養絕不是兩、三個小時可以達成的，如果學校中有幾位教師具有這樣的專業，想必能為學校帶來很大的貢獻。

我們可以忽略學生對於性的問題，但它並不會因此而消失，能將這些問題化為機會教育的媒材，而不是只把它當成讓人頭痛的問題來處理，我們才能真正陪著孩子成長。

另外，學校當局應了解最好的性教育執行者即是家長，應長期提供家長性教育的培訓，此概念在孩子愈小的時候開始準備愈好，可避免父母、教師在孩子進入青春期，產生一些性問題時才開始關心和介入。如果總是聚焦在問題的上層解決，則無法建立有效的溝通管道，往往問題表面上是解決了，但孩子們只是隱藏和壓抑自己的性發展，這其實才是我們真正應該擔心的。

教師處理性議題前的基礎能力

在此依教師的需要，介紹短期性教育者能力綱要給大家參考，提供有心在學校實施性教育的老師，可依循的方向。此綱要使用對象設定為所有的教師和家長，因為最好的性教育是機會教育，當學生以性語言、性嬉戲或性相關媒介引起教師注意時，其實這就已經形成了一個性教育的教學現場。教師的態度（無論你是否介入）與處理的方式就是性教育，因為性教育不只是教的內容，而更重要的是教師的態度。以下的幾個提醒，目的為幫助教師在面對學生的性挑戰時，有基本原則可參考，以期建立輕鬆談性的溝通管道。

輕鬆談性不臉紅

演講時每當我問到：「要成為能處理性議題的教師需要具備哪些能力？」台下的老師總會回答：需要具備正確性知識、正確性態度、正確性價值觀、性心理發展知識、溝通技巧、同理、傾聽、尊重、接納、幽默、愛、性法律知識、轉介的能力、保密等眾多重要的能力。然而老師們卻忽略了一個最基本的能力，教師在處理學生性問題前，至少我們要能「輕鬆談性不臉紅」。

性的禁忌性，讓人即使擁有性知識，都不見得能在大庭廣眾之下用正確的字眼輕鬆談及而不臉紅。然而，身教永遠勝過言教，如果你尷尬、慌張，甚至談到一半被喜歡挑戰權威的學生問題激怒，那麼無論你多認真想傳遞性的正確概念，可能都會前功盡棄。因此，鍛鍊自己可以輕鬆談性是基礎功！

我在美國參加性議題相關課程時，上課第一天教授即開宗明義的表示，這學期的課程目標是打開我們個人狹窄的性視野，讓我們建立更人性化的性價值觀，希望能藉此減少因自我的限制而造成對當事人的傷害。但更重要的是，要用各種方法鍛鍊我們能開口談性不臉紅，同時在工作時聽到任何誇張、離譜或具性刺激的字眼、故事、畫面、媒材，都能臉不紅、氣不喘，無激烈的反應（例如驚嚇、緊張、彘扭、噁心或性反應）。這個部份對於要處理性教育相關問題的助人工作者來說，是最重要的第一步。他認為我們的任何一種反應都應該在訓練過

程中澄清消化，減少反移情的產生，而不是在工作中被引發，跟當事人的問題碰撞成一團。然而這卻是在未經性教育訓練的助人專業工作者，面對性議題時常有的疑問，這不但可能造成對當事人的不當影響和傷害，同時也可能傷害自己。

因此對與性相關的字詞、圖片、畫面減少敏感反應，能讓我們在處理這樣的議題時，聚焦在其行為背後的意義，而不是在「性」這件事情上。我在督導工作中常發現，教師常對學生的性語言、性嬉戲和親密的互動很不能接受，往往看待這樣事件的重心都放在如何停止學生令老師們不悅，或是不能接受的語言與行為，而忽略了其行為背後的意義，未處理到重點。不但徒勞無功，更徒增挫折，最後也無法達到教育的功效。

這樣的能力是需要訓練的。請找幾個希望練習輕鬆談性不臉紅的伙伴，組成讀書會或支持團體，由下列的方法訓練自己對性方面的字眼減低敏感。

1. 與性支持團體的夥伴們，將所有的性字眼（俗名／學名／髒話）列出大聲的輪流唸給對方聽，三遍以上，直到每一個性字眼都可自在地說出而無障礙，同時聽到這些字眼也沒有任何感覺為止。
2. 共同閱讀與性有關的書籍，對書中的案例、故事、問題，分別表達自己的看法，同時共同分享專家的看法。



為什麼輕鬆談性是最基本的能力呢？

想像一下，你到教室要上課卻看到黑板上寫著「肛交」兩個字，你的感覺是什麼？請你一定要注意自己的感受，因為你的感覺將會決定如何處理這樣的問題。如果你的感覺是生氣、憤怒、羞辱、緊張、焦慮，而不是放鬆、自在或感覺這是機會教育的時刻的話，就代表事實上你並沒有準備好要處理這樣的議題。

注意自己的感覺是很重要的，因為在沒有經過訓練的情況下，我們常常會依著自己的感覺來決定怎麼處理這個問題，但卻往往發生「無效的處理」。例如：你覺得學生是挑釁或是故意冒犯，而被激怒，用懲罰或責罵的方法來抑止學生這樣的行為；或是你覺得學生很不尊重你而感覺受傷、難堪，甚而落淚；無論上述那一種，只要是以情緒來處理問題，學生就無法從怒氣或委屈中學到尊重的真意。

離開我們的情緒，我們不妨客觀地想想看學生為何要這麼做？一般來說，學生在公開場合中呈現誇張的性語言、性嬉戲，其目的不外乎想引起注意力、挑戰權威，看看老師會怎麼處理這樣的問題，同時也呈現了對性的好奇，說出了他們的需要——一個能回應他們的成人來替他們解惑。然而即便你了解學生的需要，也不代表你必須是那個滿足他們、照顧他們需要的人。因為在一個教學目標為尊重的教學現場中，傾聽他們的需要與尊重你的感受一樣重要，而尊重的真諦在「人重自重者」，只有我們尊重自己的感受，為自己的感受負起責任，保護自己的界線，我們才能以身教來教導學生如何尊重自己、尊重別人。

冷靜傾聽自己的感覺，問自己真的準備好了嗎？

綜合上述，當你看到、聽到任何誇張、離譜的性相關的話語和事物時，在反應前請一定要讓自己穩定和冷靜下來，問自己關於處理學生的性議題，真的準備好了嗎？

如果沒有把握，請尊重自己的感覺，千萬不要勉強自己嚐試。

在與學生互動的過程中，很可能隨時會踩到你的底線，讓你感受到不舒服，且我們不大可能期待這些嘗試挑戰權威的青少年會清楚老師的底線在哪裡。如果你有

任何被傷害或被騷擾的感覺，那麼，這個教育過程已失去它最重要的意義——「教導尊重、示範界線」。也就是即使你看到學生的需要，你仍然不需要勉強自己做不想做的事，有很多其他方法可以滿足學生的需要，不需要傷害你自己。這樣的觀念，也常應用在教育孩子要尊重自己的感覺，勇於說「不」。不要為了別人的需要或期望而犧牲自己，藉此加強自我肯定的能力，進而保護自己。

身為教師，我們能立刻為學生示範這樣的觀念：不需要什麼都懂、什麼都能處理，真正的勇敢與自我尊重是能面對自己的限制，運用資源幫助自己度過難關，而不是逞強逞勇，勉強自己做會讓自己失控的事。

因此，如果你覺得自己沒辦法處理，可以完全忽略學生的挑戰，下課後再為學生轉介學校有能力做性教育的老師，請這位專業人士找機會為學生進行性教育，滿足他們對性的好奇。如果你能以穩定的情緒，接納學生在青春期的發展階段以性作為挑戰權威、表達困惑的一種方式，並為他／她做出適當的資源轉介，就是對學生莫大的幫助。

如果當你聽到或看到這樣的性訊息，感到放鬆、有自信，覺得自己有能力處理這樣的問題，那表示你已經準備好了。然而，在你開始處理之前，有幾個性教育教學現場的原則需提醒教師：

一、用正確的語詞，誠實的回答問題

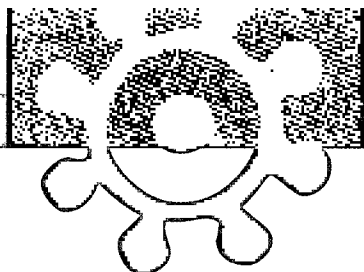
避免用隱諱的詞語或俗稱來說明有關性的內容。總有老師會跟我說：「為了要建立談性的親和力，跟學生們用一樣的詞彙會拉近彼此的距離。」然而那些隱晦詞句或俗稱，都有它對性偏頗的意涵在其中。若用那樣的語言，無意中也傳遞了那樣的意涵，反而影響專業形象。

二、營造談性的氣氛

一個可以作機會性教育的時機產生，並不代表學生就準備好跟你談性。因此花一些時間暖身與建立你們談性的習慣、模式與界線是重要的。

三、確認意願

在逐漸聚焦並確定要開始談性之前，仍然要為那些有可能對談性感到不舒服、尷尬的同學做好準備，同時允許他們可以尊重自己的感覺決定參與的程度，甚至不須理由就可以退出。因為即便你認為擁有性方面的知識是重要的，然而若不尊重當



事人的感覺，就可能會造成傷害，而傷害的產生不但會使教育美意失效，也失去尊重的意涵。

四、知之為知之，不知為不知，是知也

不用害怕一旦開啟了談性的溝通管道，學生的問題會使你答不出來，或不知該如何回答比較適當，其實你只要說「這是一個很好的問題，我把它記下來，明天再回答你。」就可以了。無論學生如何笑你知識不足，你仍然需要誠實的面對自己，不需逞強裝懂，溫柔堅定的重複陳述這句話，一定要記得成人的自尊，不會因為承認自己的限制而受到影響。

然而，也有一些老師喜歡用曖昧的方式回答性的詢問，例如我演講時常問老師們，如果學生問「什麼是自慰？」應如何回答？大部分老師會面露尷尬低頭不語，而每一場演講總會有幾位老師會說「自己安慰自己！」當我們以隱諱與曖昧的方式回答，就傳遞了「性是不可清楚討論的訊息」，然而學生並不會因此暗示就停止下他的好奇心。如果不想回答，請清楚地說不回答；一時不知該怎麼回答比較適合，可表示還需請教專家怎麼回答比較適當。清楚的表達可以減少曖昧的氛圍，創造出誘導學生把精神投注在如何繼續追問上。

五、清楚你自己的底線

當學生問到教師的個人經驗時，該如何處理？當學生很興奮的發現你不像其他成人那樣迴避性的問題時，你也即將面對更多、更深入、更直接、甚至分寸界線更不清楚問題的挑戰。這時候清楚你自己的界線，同時為此狀況做好準備就是很重要的。

例如：「老師，你說自慰是正常的，那你會不會自慰？」該不該回答這樣的問題？該怎麼回答？大部分的老師會說「這是我的隱私，我不回答。」然後就天真的期望學生們會立刻知道分寸、禮貌的道歉，不會再問下去。最好的狀況是如此，然而我也要提醒老師們做好最壞的準備。面對正在挑戰權威，同時學習拿捏人我界線的青少年，測試底線的過程常使他們興奮起來，而做過了頭的事。因此，不斷的「盧」你是可能會出現的場景，「老師，你不是說這是正常、自然的事嗎？為什麼不能說？你不是說每個人都可以自慰嘛？那為什麼不能講？」

總有老師會跟我說「學生說的也有道理，所以我想承認應該沒關係吧！」但這樣隨學生起舞的回應，常會產生兩種效果：第一，學生並未因此學會尊重別人的界線，反而以為只要任性的堅持就會得到自己想要的；第二，當你真的回答了，學生可能並不會感激老師的分享而就此禮貌的打住，接下來可能會接著問：「老師那你都怎麼做？」類似的問題會讓老師越來越頭痛，但千萬不要忘了，如果不是經過你的允許，對方怎能得寸進尺？因此清楚的表達自己的界線並堅守它，是每個老師必須為自己負的責任。

所以當學生問到關於你的個人問題時，到底該怎麼回答？並沒有一定的答案，而是依個人的界線和你與學生的關係而定。但我的建議是，如果你對性慾望衝動、性心理及對自己的性自我了解尚未有足夠的把握，那麼最好的界線是在對於任何有關私人性問題的部分一律不回答。性是正常、健康、自然的事，然而性也是隱私的事，所以堅持隱私需要被保護是重要的示範。為什麼不能回答呢？「性教育」就是這樣充滿矛盾弔詭的學問，分寸界線非常微妙，很容易被誤用、濫用而造成傷害，所以需非常小心地拿捏。





如果，你已經很清楚知道自己的界線，那麼該如何教導學生了解分寸在哪裡呢？

幫助學生學會清楚表達自己的界線是很好的機會教育，當學生問起有關你的私人問題，就如上所舉例「老師你會自慰嗎？你都怎麼做？」通常這種狀況都會出現在你與學生談性談得很熱烈愉快時，學生一時興奮過了頭，忘了界線與分寸，再加上若有同學一起起鬨，就更難恢復冷靜與理智，而非惡意和蓄意造成的性傷害，也是類似這樣的狀況。在性的問題中，太過興奮、衝動無法冷靜下來恢復理智，可能會衝破了別人的界線而造成傷害。

因此保持情緒平穩冷靜，為自己爭取一點時間來想該怎麼回答，千萬不要跟「很會盧」的人講道理，那只會讓你氣到失控。所以深呼吸讓自己冷靜，重點也是讓起鬨的學生切斷腦子對性的連結而冷靜下來，同時為自己爭取多一點時間來思考該如何處理這個情境是非常重要的技巧。

舉例來說，你可以很堅定的表示：「這是一個很好的問題，老師下課前十五分鐘一定會回答你，我們先上課。」我認為沒有不好的問題，只有你不會處理的問題，因此先讓學生先回到課堂上，切斷他們沸騰的情緒是一個緩衝的好方法。

在下課前15分鐘，當我們再問：「剛剛有哪位同學有問題要問我，可以再說一次你的問題嗎？」通常，冷卻下來後要再說出熱到失去理智的話，基本上學生已經說不出口，然而，即使如此，我們仍需把握這個時機進行機會教育，以下的作法提供參考。

一、尊重自己的感覺：讓每一個人澄清自己的感受，自己決定要如何回應這樣的問題。

「某某同學，你剛剛問的是我會不會自慰，我現在要回答你，但在回答這個問題之前，讓我們全班同學一起來想想，如果有一個人在大庭廣眾之下問你：『你會不會自慰？你都怎麼做？』碰到這種狀況你有什麼感覺？」一般的情況是一部分同學仍舊起鬨叫好，一部份同學沉默不表示意見，這時可運用匿名表達的方式，請同學寫在紙上，「如果在這個情境下自己的感受為何？」因為確認自己的感受，是清楚自己的界線和保護自己的第一個步驟。

二、協助學生釐清會讓自己有這種感覺的人是怎樣的人？

很多時候我們有不舒服的感受，但是因為對方是我們的朋友、教師、家人、親戚、同事、老闆，造成我們犧牲自己的感覺，忍耐對方的行為。作為教師，有必要幫助學生依照自己確實的感受回應，以對方的行為區分人我的界線。

三、依據每個人自己的感受，為自己跟他人劃定清楚的界線。

對於一個不尊重你界線的人所問的問題，你需要回答嗎？「不需要！」因此老師就不回答，每一個人都可以依自己的感覺決定該怎麼做。如果你覺得很好玩，你也想跟他玩，你當然可以回答他；如果你覺得他是一個不禮貌的人，無論他怎麼用話激你要你回答，你都要尊重自己的感覺。拒絕他不需要理由、不需要說明、不需要對方的認可與同意，你只需要離開現場。我們可以告訴那些很乖、很順從的學生明白，他們不需要回應那些不舒服的對待，要尊重自己的感覺，例如，以離開現場這個簡單的動作來表達自己的不舒服。

四、協助學生了解其行為對他自己的意義與影響。

我們需要讓學生了解的是，每個人的言行舉止都說明了他是一個怎樣的人，即便在他來說可能只是開個玩笑，但仍然在別人的心中留下了不同的印象。換句話說，他的玩笑不但沒有真正傷害到我們，卻會突顯出他是個不尊重別人的人。

到目前為止，我們好像都在談「性」，其實真正談的是如何尊重與界線，這也就是性教育也是全人教育的意涵。

在此僅提供筆者多年來協助各級學校教師建立基本談性的方法，與處理常見性議題的概念給大家參考。然而更期望教育與學校之主事者，能為學生打造一個不恐懼面對性的環境，讓年輕學子的性發展不需要在摸索中跌跌撞撞，教師必須正視的是：「這是一個不能不積極面對『性』的年代了。」

