


|   |   |
|---|---|
|  | 《12月號》  |
|   | 發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心<br>出版日期：96/12/01<br>創刊日期：91/10/01<br>發行人：盧力華學務長<br>總編輯：楊瀚焜主任<br>編輯：洪梅紅<br>位址：行政大樓3樓<br>電話：分機/2270；專線/7820807<br>E-mail：friend@mail.fy.edu.tw |
| No.43 Dec -2007   |   |

## 情感的顏色－青少年（女）之兩性交往

- ◎ 真正的愛必須建立在雙方彼此對兩種自由的認可上，相愛者這才能體會到自己身為自我和異己的經驗。（Simone de Beauvoir）
- ◎ 自由選擇是愛的必備條件。除非我們也有說「不」的自由，否則我們不能對任何人說「是」。（Gloria Steinem）

### 一、兩性平權的友誼觀

美國著名發展心理學家霍爾（S. Hall）將青少年時期稱為狂飆期（storm and stress），主要是青春的少男、少女正經歷生理與心理上的大轉變，無論其自身內在或周遭的人際關係都在急速變化之中。身體的成熟化，使青少年自認日益接近成人，也影響其性別角色的認同。為了彰顯自己的趨向「成人化」，「自我認同」的追尋是必要的；但是青少年「自我」的確立，通常以割斷與父母連繫的原生臍帶，以「叛逆」父母的指令或文化規約來象徵取得「自主」。青少年也因傾向「自我中心」與過度「自我專注」而與家人關係開始疏遠，轉而投入同儕中，以同儕間的「社會比較」（social comparison）尋求「自我」的定位與價值感。

「結交朋友」因而成為青春期重要的發展任務之一。從交朋友當中，可以減少孤寂感、獲得別人的欣賞與贊同、增加自己行為的信心，從朋友的回饋中可以降低不知所措的不確定感，並獲得解決問題的忠告。更重要的是，友誼中的相互接納、彼此探索、真誠分享情感與經驗的意願，對個人的成長特別重要。

但是，在以異性戀為主流文化的社會結構中，同性間的友誼可獲得較多的社會文化支持，而異性間的「友誼」則有重重的質疑、障礙或禁制。由於性別刻板化的影響，從幼稚園、小學開始，性別的隔離就廣泛地存在各種活動中，到了國中階段，則出現更多的性別化區隔現象，如男女分廁、分班、分校、分科等。在異性戀文化中，許多人懷疑男女之間會有「純友誼」的存在，兩性之間的交往要接受更多的文化檢視，以及承受較多社會性談論，甚至被穿鑿附會成「戀愛關係」，社會文化中強烈的性別刻板化抑制了「異性友誼」的發展。

「性愛意識」的發展，也使得青春期之後的兩性交往添加了更多的「顏色」。由於「性」的吸引力，男性發展「異性友誼」的可能性更遭到強烈的質疑。另外，當情緒的分享與揭露是親密關係的標記時，那麼，男女不同的溝通特性，也使得男性/女性的友誼建立有了困難。由於女性大多寧願與女性敞開心房，尋求情緒支持，因而女性之間易形成親密友誼。男性間

的友誼，通常以共同從事外向性活動代表「親近」，較缺乏情緒的分享，加上男性之間彼此隱含的競爭性關係，因而親密關係不易在男性之間形成。相對的，男性傾向於喜歡向女性揭露自我，享受與女性溝通時獲得的情緒支持與親近感，因而，男性比女性更容易將異性當作親密的朋友。

異性間的友誼或親密關係，在添加了「性」別色彩之後，也附加了「愛情」的酸甜苦辣，有被珍愛的甜蜜感、獨佔的幸福感，與他人分享的嫉妒感，當然也有分手的悲愴感。同樣的，男與男、女與女之間的親密情誼，也會有類似「愛情」的各種滋味，這些都需要青少年男女們去體驗與學習，並尋求良好的調適方法。當然更需要師長們給予同理性(empathy)的理解，及方向性的引導，以幫助他們確立適當的自我認同及獲得穩定成長之道。

## 二、如何引導學生結交異性朋友

對國中小學生而言，戀愛和結交異性朋友是兩回事情，只是其中的差異並不容易釐清。時至今日，要反對青少年結交異性朋友並不容易，也無一定之必要，不如及早和他(她)們討論有關兩性交往之種種，幫助青少年平安、愉快的度過多采多姿的年輕歲月，來得更為實際。

首先，應該幫助青少年盡力瞭解自己的需求及條件，訂下交友的基本原則，可能的話，一起討論一些「交友守則」，並取得共識，例如，讓長輩認識所結交的朋友，以不影響功課為原則。電話通話時間宜有所節制，事先約定好晚上回家的時間等。如果無法與父母溝通，可以在學校與同學討論一些基本規則並加以遵守，這樣做的原因，是為了保護自己及對方，避免因為結交異性朋友而影響正常功課及生活，甚至不小心走上不歸路。

進入青春後，不論男女，由於生理的發展及思考漸趨成熟，都難免對異性發生好奇及興趣。戀愛本身是一種感覺，需要兩個當事人去體會及互動，所以，不論是單方面一見鍾情或者是慢慢的喜歡上一個人，都是被另一個人「吸引」而已，還不到「戀愛」的地步，青少年往往會把單方面的單戀、暗戀、迷戀、狂戀當成「愛情」，為自己的青春留下一把眼淚、一把鼻涕的回憶。師長在可能的範圍內可以和同學討論異性交往的意義(團體交往、單獨交往)、責任(保護自己，讓大家都因約會而得到快樂)、禮節(一般禮貌及尊重對方和身體自主權)。

青少年的感情往往是最純潔的，較不會摻雜成人的名利、地位、錢財等世俗標準，所以，初戀往往成為一段難忘的回憶。因為種種的因素，如個性、年齡及思考方式、媒體及同儕影響，加上目前教育並沒有及早教導相關的知識及觀念，青少年在兩性探索與交往的過程中，只能自行嘗試。如果留下的是美好的回憶，或是自然而然的淡忘，也就罷了；但有時也可能會有不良的後果，而這些「不良的後果」就成為大人反對青少年異性交往的理由。

建議把男女交往放在課程中坦然討論，讓學生學習可以做決定的條件及能夠負起責任的條件，遠比一味禁止來得合理。

出處：跳脫性別框框/黃 莉、林詩齡



## 心靈電影院—《扶桑花女孩》

簡介：昭和 40 年(西元 1965 年)的日本，以採礦維生的礦鎮生活接連走下坡，位居

福島縣、日本最大的常磐礦坑也正逐漸沒落中。眼看礦坑一一關門，鎮上居民就要集體失業，於是在這寒冷的北方小鎮，當地的煤礦公司和鎮長打算出奇招以興建「夏威夷度假中心」來拯救礦場的財務危機。在根本沒人知道什麼是草群舞，更遑論舞蹈技巧的情況下，度假中心的負責人吉本先生（岸部一德 飾）從東京聘請時髦舞蹈老師平山圓香（松雪泰子 飾），在民風頑固保守的窮鄉僻壤，開始招募日後將在度假村登台表演的草裙舞少女，過程中遭遇接踵而來的抗爭與阻撓。礦工的女兒們以紀美子（倉井優 飾）為首跟著老師努力學舞，卻被保守村民指責放棄了傳統和榮耀，只會穿著暴露草裙搔首弄姿。紀美子的媽媽千代（富司純子 飾）和大哥洋次朗（豐川悅司 飾）都在礦坑工作，對於關閉礦場非常反對，更不諒解紀美子學習這種傷風敗俗的舞蹈。儘管受到重重阻礙，仍不影響紀美子和其他女孩練舞的決心，只是面臨村民懷疑和龐大心理壓力，苦練多時的草群舞秀究竟能不能在度假中心的開幕典禮上完美呈現？

導覽者：朱秀姬老師      時間：12/06(四)，1800-2030      地點：C101

可蓋護照章及心靈集點卡，歡迎踴躍參加！



### 心靈書坊——性別：解讀與跨越

作者：謝臥龍

簡介：資訊、傳媒、科技與交通縮短人與人的距離，強化人際互動的重要性；但是性別、族群與階級衝突的報導，卻屢現於媒體。茲為寬闊性別視野、消弭性別盲點，建議多元多樣的性別關係，本書以健康醫療、休閒、同志空間、媒體、文學、工作、政治、男性研究、人身安全、教育、情慾、身體印象十二個向度，來解構當今社會的性別現象，進而研議性別跨越的可能性。唯有解讀，才能跨越。



### 心靈 Blog——輸了感情

就算妳贏了真理，卻輸了感情，那又如何？吵架令人失去理智，總想不擇手段爭到贏，即使是無心的，也有可能莫名其妙地踩到了別人痛處而不自知。

心情不好時，便先遠離戰區讓心情沉澱一下；每當生氣時，大家都應該想想這句話——就算贏得了真理卻輸了感情，那又如何？除非，你打算從此與他老死不相往來，否則還是停下來想一想吧！我相信，每個人都不是真心想傷害別人，也不希望受到傷害，所以，千萬別讓自己的無心之過，造成別人心裡永遠的傷痕。

擁抱幸福其實很簡單

『人生最終的目的，在求幸福；而幸福就是不受阻撓的活動。』-----亞里斯多德所說不受阻撓的活動，其實就是『自由』的同意字，那麼，是不是可以說，自由就是幸福？我相信可以，一種不受傷害又不傷害人的幸福。原來，想上哪兒就上哪兒是一種幸福，而我從來不知道，很多景觀是可遇不可求的，就像人生際遇一樣。

擁抱幸福其實很簡單，是我們把它物化，類型化了！幸福只是一種內在心靈感覺，在某一剎那，心中的某一根隱密的弦，忽然被牽動，泛出圈圈甜美的滿足感，那便是幸福。每個人的感情世界，都有如隱密的宮殿，年齡越增加，門戶的防備越森嚴，於是，要進入其中，要被撥動，便越不容易，於是，常常覺得不快樂，離幸福越來越遠，而當一個人覺得幸福離自己而去時，便會想藉著獲取更多的物質擁有來填補。

結果，常常是擁有的越多，越覺空虛，越不快樂。在生活中，有太多微不足道的小事，在在地觸動著我們，只是被我們忽略掉了，我們總『以為』，追求幸福是件大事，一個大目標，一些大收穫，結果卻離幸福越來越遠。

幸福不是遠遠生長在深山峻嶺上的仙草奇花，它就像存在你身邊那些不起眼的小花、小草一樣，只要你彎下身，只要你張開手臂，只要你敞開心，就能將它擁抱入懷，真的，就這麼簡單。

也許你聽過這段話：

態度改變，你的習慣跟著改變；

習慣改變，你的性格跟著改變；

性格改變，你的人生跟著改變。

在順境中感恩，在逆境中依舊心存喜樂，認真活在當下。

(出處：網路文章，<http://www.kyes.ilc.edu.tw/好文章分享/輸了感情.doc>)



## 心靈超好康—心靈集點卡

| 心靈集點卡 |  | 姓名： |  |  |
|-------|--|-----|--|--|
|       |  |     |  |  |
|       |  |     |  |  |
|       |  |     |  |  |

凡是參加本中心所舉辦的心靈輔導活動，如：心靈電影院、專題演講、自我成長團體等，皆可利用心靈集點卡集點兌換小禮唷！（集滿5點換精美小禮物 集滿10點換優質小禮物 集滿15點換高級小禮物）數量有限、行動要快，發完為止。（領取地點：行政大樓3樓諮商輔導中心）