

做我自己－情感(性平)教育議題融入國小自然學習領域之教學

臺北市芝山國小/何秀屏·劉昱宏·朱廷羽·吳欣樺

一、前言

(一)背景說明

雖然台灣在社會變遷過程中，「男尊女卑」的觀念逐漸式微，但因社會文化對於不同性別的期望，性別刻板印象仍普遍存在。

性別平等教育從性別地位上的相等角度出發，致力於解構社會文化中的性別刻板印象和性別差異，理解並尊重多元化的性別；基於對生命的尊重，相信人人生而平等，是不分性別、種族、宗教信仰與領域的。性別平等教育要幫助學生將自己從限制、規定、性別角色刻板印象及性別偏見中解放出來（Sander，1997）。

藉由性別平等教育的推展，引導學生透過反思，檢視解構自己的性別刻板印象，破除性別歧視、偏見與刻板化印象，期望在教育的公平對待下，使個體依照各自的興趣、能力，獲得適性發展的機會，以促進各族群的和諧共處。

五下自然有一單元是「動物大觀園」，裡面提到了動物如何覓食、求偶、生殖、繁衍等各種適應環境的行為，其中大都是雄性對雌性動物展開的各式求偶行為，與人類對性別的刻板印象和自我的身體意象有關，正可做為性別平等教育教材的引子。

(二)性平課程設計動機與理念

性別平等教育旨在希望透過「教育」的歷程和方法，讓不同性別者彼此了解、尊重和包容，以促進不同性別者在社會上的實質平等，打造性別平等的多元社會。

為達此宗旨，而有了以下的教學設計想法與方式：藉由學生對自然界動物求偶行為以雄性對雌性居多的好奇觀察發現，引導思考例外情形，讓學生類比習以為常的性別刻板印象也是如此，需經我們特別留意思考，才能覺察不合理處。此外，性別刻板印象也在媒體傳播下，無形中嵌入我們的認知，進而影響我們對性別的看待與對待，為讓學生有覺知判斷媒體訊息是否合理的素養，設計了「大家來找碴」活動。雄性對雌性動物的各式求偶行為中，大都以鮮艷顏色、舞蹈、光亮、鳴叫、打鬥、搓揉身體等來吸引雌性，而此部分正好可以引導學生對自己身體意象的覺知和接納與否，將影響未來對自己的信心，故設計了「性別放大鏡」、「我就是我」的活動。

希望透過這些活動，讓學生辨識大家普遍認知的男生就是應該跑跳走

等動作大、力氣大，女生應該是動作柔媚、力氣小等性別刻板印象的不合理處，進而破除性別偏見與歧視，並藉由對車子、廚具、洗衣機等媒體廣告的性別刻板印象的剖析及討論，培養獨立批判媒體訊息的素養。此外，開始進入青春期的男女生，大都對自己的外觀不太滿意，期望透由肯定接納自己身體意象的典範人物，讓學生學習接納自己，並從中體解並實踐人與人的互相尊重，不因性別差異而有所不同。

二、文獻探討

(一)性別概念詮釋

性別(sex)性別可以區分為生理性別與社會性別兩種，生物性別(Sex)指生物層面之差異，大多數人在出生時即被決定為男性或女性，亦有生理性別無法明確歸類的人，自由和平等聯合國在《雙性(intersex)概況介紹》中指出，雙性或稱陰陽人。

對於社會性別，學者林惠雅(1993)認為性別角色是用來描述在特定文化下，適合某性別(男/女)之行為態度、權利義務、功能。張春興(1995)指出：「所謂性別角色、性角色即是指在某一社會文化傳統中，眾所公認的男性或女性應有的行為，因此性別角色乃是經由行為組型來界定，而行為組型包刮內在的態度、觀念，以及外顯的言行服裝等。」

莊明貞(2003)更融合了生理性別和社會性別：「性別(gender)」不僅包括由生理的「性」衍生的差異，尚包括社會、文化所建構出的性別概念。

概括而論，性別概念屬於多元向度，除了男性與女性或雙性先天或後天的生理結構外，需視個體在成長社會化過程中，習得社會文化所期許的某種性別表現，形成自我知覺之人格特質或社會屬性。

(二)性別刻板化印象

個體在社會化歷程中，若學習到社會文化所賦予的性別的特定規範，而對於性別角色及其行為的信念與態度形成一種固定、刻板和概化的標記，並產生相對應的行為傾向時，即出現所謂的「性別刻板印象」(黃文三，1990；劉秀娟，2003)。張春興(1996)認為性別刻板印象是指不以直接經驗為根據，又不以事實資料為基礎，單憑一己之見或道聽塗說，以粗淺、過度概括化的方式，形成對某人、某事或某團體武斷的評定。

林文瑛(2002)指出，性別刻板印象指的就是一般人眼中特別因為性別不同而產生對男、女性同印象與假設，像是男、女性有著不同的特質，適合從事不同的工作等。林麗珊(2002)也指出，個體在成長的過程中，歷經他人的影響或社會的默認，表現出符合期待的男女特質，形成性別刻板化的結果。

從學者以上的定義中，可發現「性別刻板印象」多來自於個體為呼應社會的期待而產生的僵化且刻板的觀念，對男女兩性的特質、行為、生涯發展等各層面，抱有粗淺、簡化或過度類比的評定，忽略了個別差異。

(三)身體意象

Pauln Schilder 最早於 1950 年間便對身體意象(body image)定義為：個人心對於自己身體所形成的一種心理圖像，也就是個體怎麼看待自己的身體外型(黎士鳴，2001)。張氏心理學辭典(2002)對身體意象的定義：個人對自己身體特徵的一種主觀、綜合性、評價性的概念，此概念包括個人對自己身體各方面特徵的瞭解與看法，也包括他所感受到別人對他身體狀貌的看法。廖柏雅、張少熙(2004)認為，身體意象是指個人對自己身體特徵的一種主觀性、綜合性的、評價性的概念，此概念包括個人對自己身體各方面特徵的瞭解，會受到歷史、文化、生長結構等因素所影響，並會因為時間而有所改變。

綜上所述，身體意象為個人對自己身體客觀的認知和主觀的評價與感受，且受到他人對其身體反應回饋的影響而產生的好壞、優劣評斷，以及經由如此評價而來的滿意與否的感受。

(四)學習內涵說明

性別平等可說是一種價值及思維方式，因此性別平等教育之內涵可說是相當廣泛，包含了性教育、性別教育與性別概念教育，而可討論的議題亦遍及社會之各層面(蔡文山，2006)。由此可知，性別平等教育不僅能夠教育學生了解不同性別之生理、心理及社會發展與互動方面的異同，更進一步強調彼此間的尊重，打破深植人心的性別刻板印象之藩籬。

在兒童成長及社會化的過程，性別角色的學習不再侷限在家庭、學校，在現代社會，社會環境、e 化媒體更是讓性別刻板印象和身體意象的偏偶像美帥，無形中影響著性別的認同與認知。

因此，希望透過性別平等教育，設計課程活動讓學生覺察了解性別刻板印象，從媒體識讀當中，能區分出何謂性別刻板印象，並以媒體報導的擁有正向身體意象的人物故事，來引導學生挖掘自己的特質，認同自己，進而對自己的身體意象產生信心。

(五)性平學習理論之論述

關於性平學習理論之論述，分述如下：

1. 生物學理論與性別平等教育

持「生物論」之學者，強調生物性之因素對個人性別角色發展有很大之影響，且尤其重視先天之因素，如遺傳、成熟；而持「社會生物論」之學者，強調先天之因素，可經後天之因素，如成熟、學習所改變。因此可知，除了先天之生物機制，後天之因素亦扮演重要之角色(吳淑茹、林俊良、蔡水河、潘昌祥、楊肅藝、楊國興，2004)。

2. 認知發展論與性別平等教育

此派學者認為主動發覺接受為兒童獲得性別角色之主要面向，即兒童先建立穩定之性別認定，再主動尋找同性別的對象進行模仿，以學習如何表現才會像男生或女生(吳淑茹、林俊良、蔡水河、潘昌祥、楊肅藝、

楊國興，2004)。

對於兒童的學習性別角色過程及知識發展，也要考量到會受各種社會、文化、風俗…等影響，而產生不同之認知架構。

3. 社會學習理論與性別平等教育

社會學習理論強調環境對兒童性別發展的重要性(Bandura&Walters, 1963)。Bandura(1997)認為有權力、有養育關係的，以及相似的楷模比較容易被模仿，因此兒童會傾向於去模仿和他們同性別的父親或母親，接著透過觀察來學習适合自己性別的行為。Shaffer(1999)認為兒童獲得性別認同及性別角色偏好來自兩個管道：(1)透過直接教導(或不同的增強)，兒童適當的性別行為被鼓勵，若出現被認為不適合性別的行為則被處罰。(2)透過觀察學習，兒童接受同性楷模的態度與行為。

從社會學習理論的觀點，可知提供學習楷模，不只限於父母，其整個社會環境也有相當重要的影響力。

4. 性別基模理論

此一理論強調文化因素的重要性，認為大部分性別的形成是在性別基礎的處理過程中產生的，也就是說，部分的兒童已經準備好根據性別角色的文化定義，來對訊息加以編碼與組織。藉由觀察男女兩性在其文化中所呈現的差異，使兒童不僅學習到性別角色的內容，也學習到性別及性別的區分(劉秀娟、林明寬譯，1996)。

因此，如果兒童在性別刻板的文化下成長，其性別基礎化的程度就會提高，而不得不學習到性別刻板印象。

三、預期達成之素養/能力(含性平與領域)

自-E-A1

能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。

綜-E-C2

理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。

性 A2

覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。

略。

性 B2

培養性別平等的媒體識讀與批判能力，思辨人與科技、資訊與媒體之關係。

四、融入策略解析

1. 消除法:不適宜的教材與影片已事先篩選刪除。
2. 添加法:增加性別刻板印象的影片、媒體廣告和身體意象的影片。
3. 典範法:以美國知名的專做超大尺碼服裝介紹的模特兒接納並肯定自我身體意

象為典範案例。

4. 轉化法:藉由自然領域動物行為單元中的求偶行為的雌性對雄性特例的求偶行為及雄性以身體條件取勝的求偶行為,類比轉化為對性別刻板印象和身體意象的探討。

五、設計構想

Peter Sange 五項修練中的改變心智模式,態度行為自然改變。而心智模式的改變來自於學習思考與體驗感受,因此三個活動的設計希望藉由拋問題讓學生思考、分組討論對話和老師統整釐清、習寫學習單,學習到性別平等教育的精神內涵,落實在日常生活中。

六、教學活動設計

臺北市 107 年度國小「情感(性平)教育融入自然領域課程與教學」活動設計

單元名稱	做我自己	設計者	何秀屏. 劉昱宏. 朱廷羽. 吳欣樺.	
教學時間	80 分鐘, 共 2 節課	適用年級	五 年級	
實施類別	<input type="checkbox"/> 單一領域融入 <input checked="" type="checkbox"/> 跨領域融入 <input type="checkbox"/> 獨立	課程實施時間 <input checked="" type="checkbox"/> 領域/科目: <u>自然+綜合</u> <input checked="" type="checkbox"/> 校訂必修/選修 <input type="checkbox"/> 團體活動時間 <input type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間		
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 (具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養,並能行動與反思,以有效處理及解決生活、生命問題) B2 科技資訊與媒體素養 (具備善用科技、資訊與各類媒體的能力,培養相關倫理及媒體識讀的素養,俾能分析、思辨、批判人與科技、資訊及媒體之關係) C2 人際關係與團隊合作 (具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係,並發展與人溝通協調,包容異己,社會參與及服務等團隊合作的素養)			
自然、綜合領域學習重點	核心素養 自-E-A1 能運用五官,敏銳的觀察周遭環境,保持好奇心、想像力持續探索自然。 綜-E-C2	性平議題	核心素養	性 A2 覺知生活中性別刻板、偏見與歧視,培養性別平等意識,提出促進性別平等的改善策略。 性 B2 培養性別平等的媒體識讀與批判能力,思辨人與科技、資

	理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。			訊與媒體之關係。
學習表現	<p>Tr-III-1 能將自己及他人所觀察、記錄的自然現象與習得的知識互相連結，察覺彼此間的關係，並提出自己的想法及知道與他人的差異</p> <p>1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p>	學習主題		<p>生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重性</p> <p>科技、資訊與媒體的性別識讀</p>
學習內容	<p>INe-III-11 動物有覓食、生殖、保護、訊息傳遞以及社會性的行為。</p> <p>Aa-III-</p>	實質內涵		<p>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。</p> <p>性 E7 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。</p> <p>性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。</p>

		1 自己與他人特質的欣賞及接納。			
學習目標	1. 能觀察並說出動物會以鮮豔外表、鳴叫、舞蹈、打鬥、身體搓揉等行為求偶。 2. 能發現動物求偶雌性對雄性的例外行為及雄性普遍以外觀、強健等求偶取勝的條件。 3. 能了解性別刻板印象，釐清性別刻板印象不合理處。 4. 能判讀媒體廣告透露出的性別刻板印象不合理處。 5. 能覺察身體意象對自我的影響，接納自己的短處。				
教學(或融入)策略	1. 消除法:不適宜的教材與影片已事先篩選刪除。 2. 添加法:增加性別刻板印象的影片，媒體廣告和身體意象的影片。 3. 典範法:以美國知名的專做超大尺碼服裝介紹的模特兒接納並肯定自我身體意象為典範案例。 4. 轉化法:藉由自然領域動物行為單元中的求偶行為的雌性對雄性特例的求偶行為及雄性以身體條件取勝的求偶行為，類比轉化為對性別刻板印象和身體意象的探討。				
設計構想	從五年級的自然單元找出與性別刻板印象有關的做為融入性別平等教育議題的導入教材。 為讓學生能辨識釐清性別刻板印象不合理處及能辨識判斷媒體性別刻板印象訊息，設計了「大家來找碴」活動，為讓學生覺察接納自己身體意象，設計了「性別放大鏡」、「我就是我」的活動。 最後學習單的習寫即是課程的總結。				
學習資源	1. Youtube 裡的影片、廣告 2. 國家研究院有關身體意象的影片 3. 科學教育影片				
學習活動	時間分配	教學資源		評量方式	
〔第一節〕 第(一)部分 動物大觀園~求偶行為 *引起動機 (1) 你在哪裡看過動物求偶？動物求偶的方式有哪些？	2分				

<p>(2) 動物為什麼要求偶呢?</p> <p>*發展活動 (1)觀看動物求偶影片，說說看影片裡的動物求偶方式。</p> <p>1. 影片一的雄性藍腳鯉鳥是哪一隻?牠做了什麼來吸引雌鳥?</p> <p>2. 影片二的長頸鹿以什麼方式來贏得交配權?</p> <p>3. 影片三的雄雉、孔雀以哪些方式來贏得芳心?</p> <p>4. 影片四的孔雀蜘蛛以什麼方式求偶?</p> <p>5. 影片五的同步螢火蟲以什麼方式求偶?</p> <p>6. 影片六的樹蛙以什麼方式求偶?</p> <p><u>結語:雄性動物會利用鮮豔外表、鳴叫、舞蹈、打鬥、發光等行為求偶。</u></p> <p>(2)動物的求偶行為一定是雄性對雌性嗎?說說看有沒有例外?</p> <p>(3)觀看雌性對雄性動物求偶影片</p> <p><u>結語:動物的求偶行</u></p>	<p>15 分</p> <p>1' 20"</p> <p>1' 30"</p> <p>2' 27"</p> <p>1' 20"</p> <p>2' 27"</p> <p>1' 42"</p> <p>2' 16"</p>	<p>影片一 Blue-footed Boobies Mating Dance is the Best Thing Ever The Dodo 107.6.24 https://youtu.be/hgE6GwnzQMU</p> <p>影片二【多维新闻】长颈鹿用脖子打架，长颈鹿：都要甩出脑震荡了 107.6.24 https://youtu.be/_fYzQMgyZis</p> <p>影片三科學再發現 動物求偶出奇招-民視新聞 107.6.24 https://youtu.be/MXJ3BEhL2BA</p> <p>影片四新發現：孔雀跳蛛大秀求偶舞步 107.6.24 https://youtu.be/QA9a_6HcCQs</p> <p>影片五螢火蟲同步發光 是為了遇見對的牠 107.6.24 https://youtu.be/nNlw20F064s</p> <p>影片六 20120708 諸羅樹蛙吹泡泡和角力 107.6.24 https://youtu.be/EsBHI-FfeJU</p> <p>影片七「雌雄深海鮫鰈魚配對」首次曝光！雄魚化身肉瘤永不分離《國家地理》雜誌 107.6.24 https://youtu.be/iQ3JnFi53x0</p>	<p>口頭 評量</p> <p>口頭 評量</p>
---	---	--	-----------------------------------

<p><u>為大都是雄性對雌性，但也有雌性對雄性的情況。</u></p> <p>第(二)部分 大家來找碴</p> <p>*引起動機</p> <p>(1) 我們知道會利用鮮豔外表、鳴叫、舞蹈、打鬥、發光等行為求偶的大都是雄性動物的顯著特徵，說說看我們人類是否也有類似動物雄性或雌性很明顯的特徵或行為，是我們平常大都認為應該是女生或應該是男生才會出現的？</p> <p><u>老師統整：統整學生上述，了解學生既有的性別刻板印象。</u></p> <p>*發展活動</p> <p>(2) 觀看這 2 支影片，說說看哪裡不合理？</p> <p><u>老師統整：統整影片內容，說明我們平常認為的男生應該或女生應該要有怎樣的行為或表現，就是「性別刻板印象」。</u></p> <p>(3) 觀看影片，說說影片中人物後來對性別刻板印象的改變是什麼？</p> <p><u>結語：性別刻板印象</u></p>	<p>3 分</p> <p>20 分 6' 30"</p> <p>2' 00"</p> <p>10' 15" (1' 10" 到 4' 10") 共 3 分</p>	<p>https://youtu.be/hqbkZF_OR8k [泛性議題] 男生女生不一樣嗎？</p> <p>https://youtu.be/P4ka0RovGlw 男性的刻板印象</p> <p>https://youtu.be/Kb3YNy20IEs 性別教育第一組：性別角色的刻板印象</p>	<p>口頭 評量</p> <p>口頭 評量</p>
---	---	---	-----------------------------------

<p><u>會造成我們對性別的行為與態度習以為常，影響對自我的看法。</u></p>			
<p>(4)媒體是否也有流露出性別刻板印象？請從這3支廣告中，分別找出並說說看性別刻板印象的地方在哪裡？</p>	<p>0' 32" 0' 56" 0' 30"</p>	<p>https://youtu.be/1eTg4fhGuMk 三洋媽媽樂洗衣機 我家最幸福篇 https://youtu.be/0gQsm4qZnL8 LANCER FORTIS 女友篇 新廣告 https://youtu.be/YQM4IDMOY1g 廣告影片－櫻花整體廚房</p>	<p>口頭 評量</p>
<p><u>老師統整：統整學生上述。</u> <u>結語：媒體傳播無所不在，我們要判斷媒體訊息內容是否合理，而非全盤接受。</u></p>			
<p>(5)播放4支性別平等的廣告影片</p>	<p>0' 59" 1' 47" 0' 31" 0' 53"</p>	<p>https://youtu.be/iZNJ4WhdUgk Mitsubishi 三菱汽車 SAVRIN 因為我信任你 https://youtu.be/TpX-PD3T_8M 哇!怡君-美髮師變身大貨車司機，怡君感動延續 https://youtu.be/MWs3gruTP6I 電視廣告-性別平等 回娘家篇 https://youtu.be/G9Rt0dWVfyM 原來油漆也有性別的差別？</p>	
<p>[第二節] 第(三)部分 性別放大鏡~</p>			
<p>*引起動機 (1) 我們知道會利用鮮豔外表、鳴叫、舞蹈、打鬥、身體搓揉等行為來求偶的大都是雄性動物，這些外表及外在行為都是雄性動物為了吸引雌性的顯著特徵。</p>	<p>3分</p>		

我們與人來往互動時，是否也會看對方的外在特徵呈現，來決定是否與他們來往呢？

老師統整：統整學生上述。

*發展活動

(2)觀看 3 組照片，說說你的感覺和想法。

老師統整：統整學生上述。

(3)說說看我們與別人來往時，希望別人的外在呈現是怎麼樣，我們比較會想跟他們來往？為什麼？

老師統整：統整學生上述並觀念澄清。

(4)說說看我們與別人來往時，希望自己的外在呈現是怎麼樣，別人比較會想跟我們來往？為什麼？

老師統整：統整並觀念澄清。

30 分

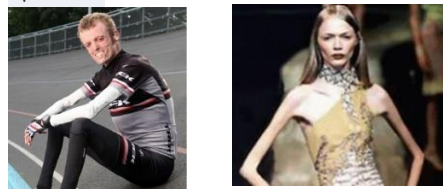
第 1 組



第 2 組



第 3 組



兩兩對話學習單

兩兩對話學習單

<p>第(四)部分 我就是我</p> <p>(5)你喜歡現在自己的外在呈現嗎?喜歡哪些呢?為什麼?不太滿意自己哪些部份呢?為什麼?</p> <p><u>老師統整:統整並觀念澄清。</u></p> <p><u>結語:看待自己身體的想法,就叫做身體意象。</u></p>			兩兩對話學習單
<p>(6)觀看影片後,說說看對自己不滿意的情况是否有改變?為什麼?</p> <p><u>老師統整:統整並觀念澄清。</u></p>	<p>10' 51" (3' 18" 到 10' 51") 共 7 分 33 秒</p>	<p>https://youtu.be/Gitb8SBZvuk 我真的很特別—身體意象(上) (性別平等教育) 107. 7. 17</p>	學習單
<p>(7)觀看影片,說說看影片中的人物是如何看待自己的身體意象?</p> <p><u>老師統整:統整學生上述。</u></p> <p><u>結語:我們每個人並非十全十美,能夠接納自己的短處,才能發揮自己的長處。</u></p>	<p>4' 57"</p>	<p>https://youtu.be/a4HCj1KDfUw 《小心,歧視》我就是大尺碼 身體依然健健美 107. 7. 17</p>	口頭評量
<p>(9)寫學習單:先彼此分享自己想畫的自畫像呈現什麼身體意象並說明理由,再畫一幅自畫像,並在旁邊空白處註明希望自己呈現出什麼樣的身體意象及說明理由。</p>	<p>7 分</p>		學習單

七、教學省思

一、因本身行政職務關係沒有上自然或綜合課，故想辦法跟高年級導師借 2 節課，課程安排有些緊湊，較無法有時間讓學生討論，甚至釐清偏差觀念，往後可以設計成 4 節課。

二、107 學年度上學期的這班學生對於整個課程主題的安排很感興趣，發表和兩兩對話都很踴躍，唯小組的互動討論因時間限制而作罷。106 學年度下學期的這班學生剛好相反，很充分讓小組互動分享併小組派不同代表上台發表，但也因此 2 節才進行到認識及說出生活中接觸到的性別刻板印象，未進入到媒體識讀。

三、本以為學生對性別刻板印象、性別刻板印象媒體識讀不是很能了解、區分和辨識，但隨著課程進行，沒想到學生幾乎都能說出日常生活和影片中的性別刻板印象，甚至解讀出媒體將女性物化並點出不合理處的情形。

四、學生對於自我的身體意象都能大方的表達喜歡和不滿意處，且大都能從影片和典範人物中，明白了解學習到接納自己的不足，轉換角度看自己的長處。惟讓學生從別人對他身體意象的看法中，了解可能與自己對自己身體意象的看法有差距，以及對別人的身體意象給予正面回饋的互動練習可再安排進去。另因時間有限，尚無法後續追蹤學生是否將轉換角度看自己的正向影響持續持有。

八、參考資料

1. 林文瑛(2002)。性別差異與性別角色發展。載於晏涵文、黃富源(合編)，性別平等教育-性別平等、家庭暴力、性騷擾防治，P. 35-P. 55。臺北市：一家親文化。
2. 林惠雅(1993)。兒童性別角色與父母教養態度之調查研究。國立花蓮師範學院幼教系幼兒教育學報，2，P. 77-P. 98。
3. 林麗珊(2002)。性別差異與性別角色發展。載於晏涵文、黃富源(合編)，性別平等教育-性別平等、家庭暴力、性騷擾防治，P. 16-P. 34。臺北市：一家親文化。
4. 吳淑茹、林俊良、蔡水河、潘昌祥、楊肅藝、楊國興(2004)。國小教師性別平等教育教學實踐之探究。國立教育研究院籌備處，國小校長儲訓班專題研究，P. 10-P. 16。
5. 張春興(1995)。心理學辭典。臺北：東寶書局。
6. 張春興(1996)。教育心理學：三化取向的理論與實踐。臺北市：東華。
7. 莊明貞(2003)。性別與課程：理念、實踐。臺北市：高等教育。
8. 黃文三(1990)。我國青少年性別刻板印象之比較研究。教育文粹，20，P. 89-P. 104。
9. 劉秀娟(2003)。兩性教育。臺北市：揚智。
10. 劉秀娟、林明寬(譯)(1996)。S. A. Basow 著。兩性關係-性別刻板化與角色。
11. 廖柏雅、張少熙(2004)。身體活動與身體意象之相關研究探討。大專體

育，73， P.120-P.125。

12. 黎士鳴(2001)。身體意象。臺北市：弘智

13. 蔡文山(2006)。性別平等教育課程之內涵與相關研究探討。研習資訊，
23(4)，P. 87-P. 96。

附錄一：106 學年度五下活動過程照片



附錄二：107 學年度五上活動過程照片





附錄三：學習單

1. 說說看我們與別人來往時，希望別人的外在呈現是怎麼樣，我們比較會想跟他們來往？為什麼？

希望別人的臉不要臭臭的，因為我也會很高興。

1. 說說看我們與別人來往時，希望別人的外在呈現是怎麼樣，我們比較會想跟他們來往？為什麼？

溫和友善、替人著想

和她們相處沒有壓力，很開心。

1. 說說看我們與別人來往時, 希望別人的外在呈現是怎麼樣, 我們比較會想跟他們來往? 為什麼?

① 身體乾淨 ② 因為我不喜歡跟很髒的人來往, 所以我不會想跟習慣很差的人做朋友。

1. 說說看我們與別人來往時, 希望別人的外在呈現是怎麼樣, 我們比較會想跟他們來往? 為什麼?

不要用奇怪的眼光看我、因為我很胖, 所以怕被別人笑

2. 說說看我們與別人來往時, 希望自己的外在呈現是怎麼樣, 別人比較會想跟我們來往? 為什麼?

有精神

看起來不會很陰暗的感覺

2. 說說看我們與別人來往時, 希望自己的外在呈現是怎麼樣, 別人比較會想跟我們來往? 為什麼?

① 很美、帥 ② 別人會覺得你很好看

2. 說說看我們與別人來往時, 希望自己的外在呈現是怎麼樣, 別人比較會想跟我們來往? 為什麼?

人緣好、開朗, 因為這樣比較會跟我來往。 (朗)

2. 說說看我們與別人來往時, 希望自己的外在呈現是怎麼樣, 別人比較會想跟我們來往? 為什麼?

① 呈現原來的樣子, 不會太可怕。

3. 你喜歡現在自己的外在呈現嗎?喜歡哪些呢?為什麼?不太滿意哪些呢?為什麼?
不喜 歡

喜 歡「有時」很大方

不滿意「有時」在一個地方比較不開朗。

因為這樣比較不好相處。

3. 你喜歡現在自己的外在呈現嗎?喜歡哪些呢?為什麼?不太滿意哪些呢?為什麼?
①我喜歡我能在朋友面前可以把型像一切都放掉

②自己想交朋友卻不敢說。

3. 你喜歡現在自己的外在呈現嗎?喜歡哪些呢?為什麼?不太滿意哪些呢?為什麼?
頭髮很長,因為可以用各式各樣的造型。肚子

有點胖,這樣外表就不好看。跑步時,臉

就會一直抖。

3. 你喜歡現在自己的外在呈現嗎?喜歡哪些呢?為什麼?不太滿意哪些呢?為什麼?
1. 還可以。2. 友善、功課好、多才多藝。3. 粗心、東西

亂放。5. 因為會影響人際關係。

4. 觀看影片後,說說看對自己不滿意的情況是否有改變?為什麼?

①有 ②因為大多數男生都是在國高中才比女生高的,所以我現在要多喝牛奶,多加運動,就~~可以~~長可以長高。

4. 觀看影片後,說說看對自己不滿意的情況是否有改變?為什麼?

①有 ②不能只看外在,要看內心

4. 觀看影片後, 說說看對自己不滿意的情況是否有改變? 為什麼?

很不勇敢, 我現在就努力與人來往, 舉手回答,
上台講話!

4. 觀看影片後, 說說看對自己不滿意的情況是否有改變? 為什麼?

我沒有不滿意的情况。

希望自己呈現出什麼樣的身體意象並說明理由***)



- ① 眼睛很大
- ② 臉很圓
- ③ 鼻子很挺
- ④ 抬頭挺胸

原因: 我覺得這樣的長相
很討喜, 抬頭挺胸
讓我更有自信。

註明希望自己呈現出什麼樣的身體意象並說明理由***)



身體乾淨, 因為我
不想看起來很骨幹。

邊空白處註明希望自己呈現出什麼樣的身體意象並說

羅子嬪 2012
希望我成為一個開心的人!
因為這樣給人感到很母。

