



澳門性教育學會
Sociedade de Educação de Sexualidade de Macau

第十期

會訊

2022.01

性教育是
愛的教育





目錄

- 一.會長寄語
- 二.2021年度工作回顧
- 三.精彩活動花絮
- 四.重點工作成果
- 五.會員活動及教學訊息分享
- 六.幹事聚會花絮
- 七.性教育圖文包
- 八.本會成立九週年祝福語



一.會長寄語



九年前，一班志同道合的教育工作者創立了澳門性教育學會，承諾宣揚性教育，對我來說是人生中一件美事。憶起恩師台灣晏涵文教授(現為本會顧問)的教導，他所說的「性教育是愛的教育」、「生命影響生命」感動了我，使我一直銘記於心，肯定性教育的重大意義，使每個生命都懂得「愛」。因著這份感動，深信有意義的事應該堅持！

「生命影響生命」正是本會每一位幹事所堅守的使命，雖然大家都是在職人士，肩負日常工作的重擔，然而憑著充滿熱誠和愛的心，為了推廣澳門性教育工作，造福社會，在工餘時間無私付出，處理繁重的會務，堅持一年又一年，甚至有些幹事已陪伴我九年。感恩與大家的相遇、相知，勉勵大家繼續堅持初心，無論我們所做的事是多麼微小，都是為這個大家庭注入生命力，繼而影響著每一個生命。

不管是幹事還是會員，每次擔任活動導師都是為「愛的教育」付出了愛和時間。每位導師來自不同領域的專業人士，如教師、社工、學生輔導員等，有些更具備「台灣性教育師」資格，因著大家的努力，自2013年度至2021年度本會合共舉辦219場性教育活動，受惠人數共6,300人。雖然並不能斷言這六千多人都會對性教育有所領悟，但我深信一步一腳印，不管多或少，總有生命被觸動，總有種子會發芽，茁壯成長，我們所付出的愛和時間就有了意義。

(註：本澳現時共有42位「台灣性教育師」，其中35位為本會會員。)



感謝所有顧問沿路以來對本會的支持，有你們適時的關心給我們送上無限溫暖。感謝創會會長SUKI過去八年的帶領，感謝所有幹事及會員一路同行，每一位的參與和付出都是對這個大家庭的鼓勵，珍惜與大家同行的時光！願我們繼續攜手，為所愛的發出聲音，以生命影響生命！

祝大家2022年活得精彩！身體健康！與愛同行！

澳門性教育學會會長
黃嘉麗



二.2021年度工作回顧

學生活動(小學)

活動名稱	委託單位
「青春學堂」小組活動	教育及青年發展局德育中心
『「友」你真好』日營	(2021年社區品德教育推廣活動)
「身體保衛兵團」日營	婦聯家庭服務中心

學生活動(中學)

活動名稱	委託單位
「上網講呢D」小組活動	教育及青年發展局德育中心
「戀愛Level up」日營	(2021年社區品德教育推廣活動)
「尊重多元性別」2021學生健康大使講座	澳門中華新青年協會

學生活動(大學)

活動名稱	委託單位
「你可以·幸福」講座	澳門科技大學

家長活動

活動名稱	委託單位
2021年「呼喚愛——家庭性教育系列活動」之「親子性教育平行小組」(家長小組)	婦聯家庭服務中心
「呼喚愛——爸媽齊來學談性」家長講座	
「爸爸媽媽我點變出黎」家長工作坊	善牧會婦女互助中心

親子活動

活動名稱	委託單位
「好抱抱、壞抱抱」親子工作坊	教育及青年發展局德育中心 (2021年社區品德教育推廣活動)
「男生、女生都可以」親子工作坊	
「幸福一家人」日營	
「安全小超人」親子工作坊	善牧會婦女互助中心

專業人員培訓

活動名稱	委託單位
性教育經驗分享會(中學) ——以團體活動形式學習性教育	教育及青年發展局德育中心
性教育教學輔助資源培訓(幼兒教育階段)(2場)	
性教育教學輔助資源培訓(小學教育階段)(2場)	
性教育教學輔助資源培訓(中學教育階段)(1場)	
「全人發展的性教育理念」培訓工作坊	澳門基督教青年會學校輔導服務

會員活動

活動名稱	導師
「愛情學」談青少年網絡交友與色情媒體	台灣杏陵醫學基金會執行長 高松景教授
快樂烘焙工作坊	Dream • 烘——自助烘焙

綜合上述活動，本會於2021年度合共舉辦**23項**活動，
受惠人數共**602人**。

三. 精彩活動花絮

New Spaces



學生活動 (小學)



學生活動 (中學)



學生活動 (大學)





家長活動



親子活動



專業人員 培訓



會員 活動

四.重點工作成果

(1) 性教育教學輔助資源培訓

本會一向重視性教育培訓工作，期望培育更多的種子老師，擔當傳承性教育的使命。本會很榮幸應教育及青年發展局德育中心的委託，於2021年11月至12月舉辦了5場「性教育教學輔助資源培訓」，包括：幼兒教育階段2場、小學教育階段2場、中學教育階段1場。培訓對象為教學人員、學生輔導員、學校健康促進人員、社會服務機構社工及心理輔導員，合共有47所學校，接近200位教育工作者參與。



培訓的主要內容如下：

- 介紹各教育階段常用性教育教材及教具的架構、使用方法及注意事項。
- 探討各教育階段性教育的教學內容，結合不同資源重點研習當中的教學活動。
- 簡介各教育階段與性教育相關的《基本學力要求》，瞭解從不同科目及日常生活中滲透性教育內容的可行性及重要性。

每場培訓的導師均為前線教育工作者，具備「台灣性教育師」的專業資格，精心設計是次培訓內容。導師除了深入淺出地講解性教育的重要理念外，還分享了活動設計構想和活動帶領技巧，以及介紹教育及青年發展局的《性教育教學輔助資源培訓》和其他實用的性教育資源，期望能幫助教育工作者提升開展性教育的信心、能力和使命感。

參加者對培訓的回饋是本會繼續致力推進澳門性教育工作的動力和勉勵！以下是參加者對「性教育教學輔助資源培訓」的感想和得著，感謝大家對我們的肯定！



參加者的得著和感受

(2) 2021年社區品德教育推廣活動(性教育範疇)

本會一如既往積極推廣性教育活動，促進市民建立健康的性觀念，因此本會承接了教育及青年發展局德育中心的「2021年社區品德教育推廣活動(性教育範疇)」，於2021年11至12月進行了7場性教育活動，服務對象包括小學生、中學生、家長及其子女(親子)，受惠人數合共約100人。



活動介紹如下：

- 小學生活動系列：透過活動讓學生學習兩性發展友誼的原則，瞭解團體活動的好處，並掌握交友技巧和建立良好的人際關係，以及提防網絡交友陷阱，加強自我保護意識。
- 中學生活動系列：透過活動讓學生瞭解循序漸進發展兩往交往的重要性，掌握交友技巧和與異性相處的方法，並運用批判性思考，辨識網上交友的危機，學習保護自己的技巧。
- 親子活動系列：透過活動提升親子間的家庭親密感，學習良好的溝通技巧，並讓家長瞭解如何培育子女成為剛柔並濟的現代人。此外，讓兒童學習保護身體私隱部位、分辨好與不好的身體接觸，敢於拒絕不想要的接觸，維護身體自主權。

類型	名稱	主題	對象
小學生活動	「青春學堂」小組活動	發展健康人際關係	10-12歲學生
	『「友」你真好』日營	發展健康人際關係 辨識網絡陷阱 維護身體自主權	10-12歲學生
中學生活動	「戀愛level up」日營	維護身體自主權 發展健康人際關係	12-14歲學生
	「上網講呢D」小組活動	辨識網絡陷阱 維護身體自主權	12-14歲學生
親子活動	「好抱抱、壞抱抱」 親子工作坊	維護身體自主權	4-6歲幼兒及其家長
	「男生、女生都可以」 親子工作坊	促進性別平等	6-8歲學生及其家長
	「幸福一家人」日營	增進家庭親密感	6-8歲學生及其家長

在這個活動中，學到了解性教育知識和防止早戀，我覺得這次活動很有意義。

這個活動大家都很开心，希望以後繼續一起開心地玩。

我學到如何拒絕性行為，判別網絡陷阱和騙局。

學到了在網上不要亂交友和性知識。

我覺得這個活動很好玩，如果下一次有得參加的話，我一定會再參加。

參加者對活動的回饋是本會繼續致力推進澳門性教育工作的動力和勉勵！這是參加者對「2021年社區品德教育推廣活動(性教育範疇)」的感想和得著，感謝大家對我們的肯定！

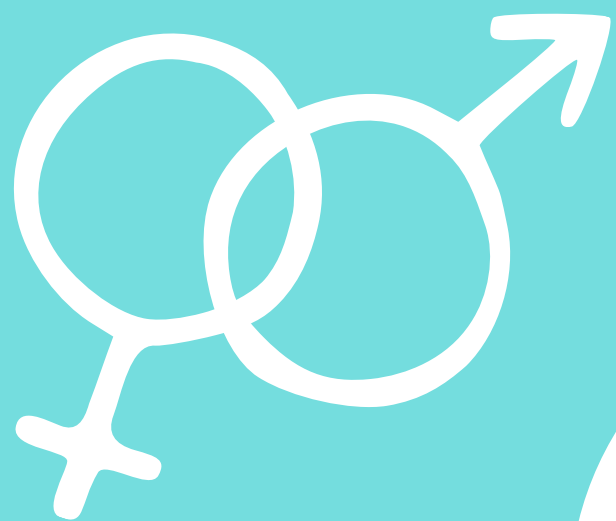


五.會員活動及教學訊息分享

(1)培訓類活動：

「愛情學—談青少年網路交友與色情媒體」

本會為提升會員專業水平及彼此聯繫，並凝聚更多性教育專業人士，每年均舉辦不同類型的會員活動，於2021年7月24日為會員、教師、輔導員及社工舉辦「愛情學—談青少年網路交友與色情媒體」線上教學培訓。是次培訓邀請了本會顧問，台灣財團法人杏陵醫學基金會執行長、台灣師範大學師資培育學院助理教授、台灣性教育學會常務監事高松景教授進行。

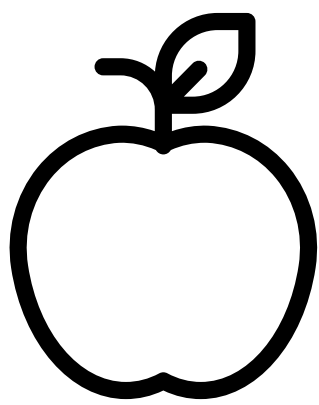


是次培訓目的是從探究青少年網路交友與觀看色情媒體的「危險因子」及「保護因子」，思考學校性教育工作的推行，藉此增進青少年經營「健康親密關係」所需的生活技能，以及預防其危害。參與者回饋表示培訓內容豐富，甚具意義。



教學訊息分享

色情媒體

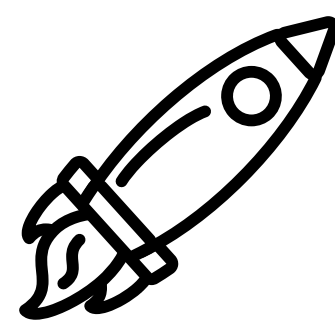


高教授在課堂提及到，教育工作者應教導學生，學會以批判性思考應對色情媒體資訊，當中包括四個過程：

1. 質疑：色情資訊的真與假
2. 反省：思索對色情資訊的疑問
3. 解放：多聽聽別人對色情資訊的看法
4. 重建：用正確的價值觀來面對色情資訊

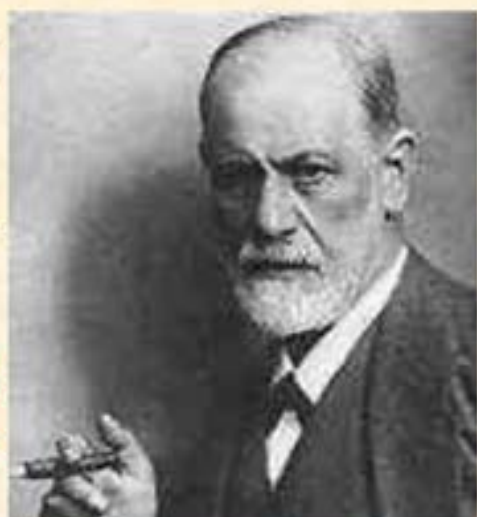
網路交友

高教授在課堂上亦強調，愛是需要學習，教育工作者應教導學生學習準備去愛，讓學生明白親密關係的發展所經歷的歷程，包括五個階段：浪漫期->衝突期/權力爭奪期->整合期->承諾期->共同創造期，而過程中需要伴侶之間全面的溝通才能順利度過。相愛不是去尋找一個完美的人，而是用完美的眼光，去發現一個不完美的人，願意跟你攜手去創造美好人生，讓彼此能因此遇見更好的自己。



學校忽略了教導「愛情」

- 佛洛伊德說：「愛」與「工作」，人生兩件最重要的事。
- 許多國家都致力在為人民的職涯做準備，但我們教導年輕人學習準備去愛卻做得不多、甚至是沒有。



佛洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939)

WHO 15項生活技能—愛的能力

人自己-情緒健康	人與人-社會健康	人與事-工作成就健康
自我覺察	同理心	目標設定
情緒調適	有效溝通	批判思考
抗壓能力	人際關係技能	創造性思考
自我管理、監督的技巧	自我肯定技能	解決問題
	協商技巧	做決定
	拒絕技巧	
4項	6項	5項

伴侶關係的發展



關係的發展階段，修改自關係花園 (李基卓、黃煥祥著)，心靈工坊出版

引導學生注意網路約會安全

網路交友自我保護注意事項

- 一、不留個人資料
- 二、不和不認識的網友單獨見面
- 三、不要食用轉手過之食物、飲料
- 四、不玩容易引起性欲的遊戲，例如國王遊戲
- 五、不要隨意參加不認識或不熟識的網友所舉辦之「揪團活動」
- 六、不搭乘對方的車，以免自斷逃跑機會

資料來源/台北市海山警察隊 製表/廖炳祺 圖聯合報

(2)興趣類活動：快樂烘焙工作坊

本會於2021年12月5日為會員舉辦「快樂烘焙工作坊」，讓會員相聚交流，增加彼此互動，同時讓大家享受烘培樂趣，舒緩日常生活中的壓力。參加的會員都能樂在其中，成功合作完成美味的甜點，度過了一個愉快的周日！



HAPPY DAY



六 幹事 聚會 花絮



2021年，因應疫情，本會不少工作都因而改期或取消，擾亂了本來的會務計劃，但幹事們仍然堅守崗位，在繁忙工作之中，盡力抽空參與恆常性會議，並默默承擔各項協調工作及擔任活動導師，感謝大家無私的付出！



七.性教育圖文包



本會配合網絡社交平台發展的趨勢，本年度製作三輯「圖文包」，定期發放網上教育訊息，加強宣傳教育，藉此促進市民對性教育的認識及建立健康的性觀念。

性教育其實
係講乜？

1/8



性教育是：品格教育

重點不只在「性知識」，重要的是在教導與性、愛、婚姻、家庭有關的「價值」，以及將價值實踐所需的「生活技能」。

5/8



性教育
↓
品格教育 愛的教育

2/8



愛的教育是甚麼？

6/8



品格教育與性教育
有甚麼關係？

3/8



性教育是：愛的教育

學習如何愛與被愛的教育

是學習 建立健康親密關係，
包括 親情、友情、愛情。

在每段關係中能自尊自重、
尊重他人、愛己愛人。

7/8



性教育是：品格教育

從全人發展的性教育理念出發，性教育是一種發揚人性、支持美滿家庭生活、並對自己的性行為負責的教育，內涵包括性生理、性心理、性病理、性倫理、性法理等層面。

4/8



性 扮演著影響健康人生的
重要角色

親密關係 更是人際關係中
極重要的一環

8/8



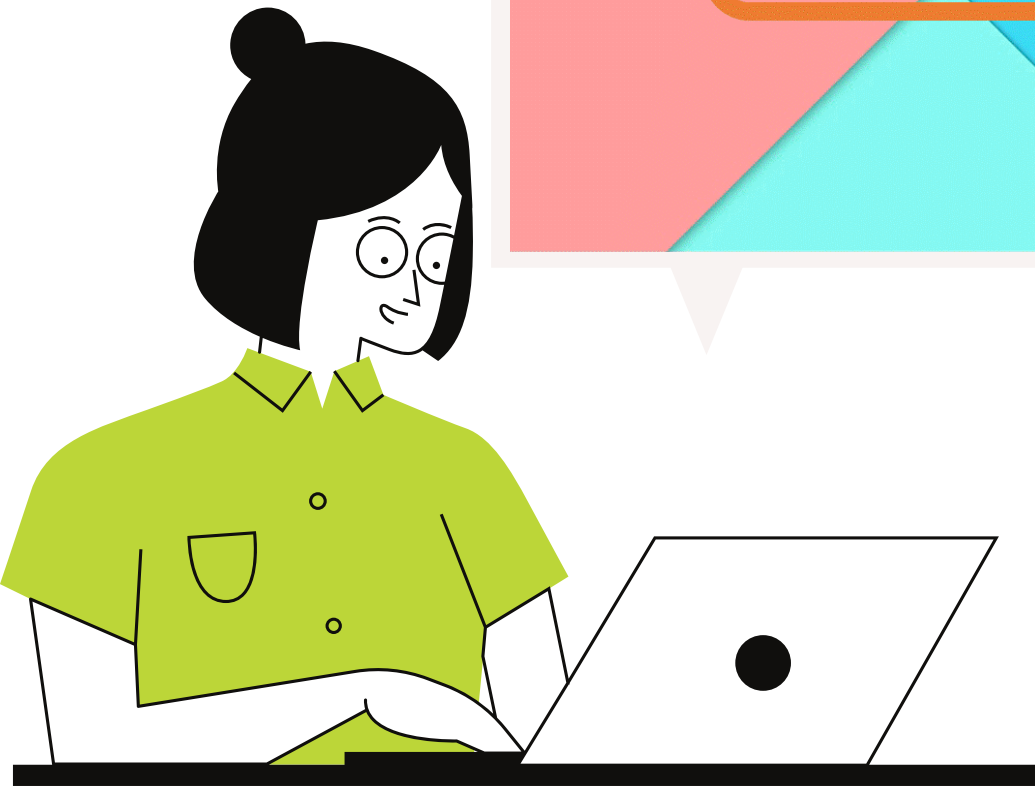
性教育是什麼？

網絡性騷擾



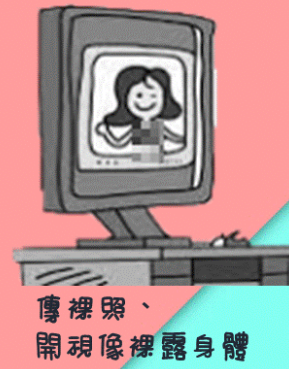
網絡接觸 YES or NO ? -- 網絡性騷擾

隨著網絡科技進步，
使網絡人際互動愈加頻繁密切，
而網絡性騷擾的情況亦可能隨之增加。



甚麼是網絡性騷擾？

透過網絡以明示或暗示之方式，
從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，
影響他人之人格尊嚴、學習、工作或表現。



面對網絡性騷擾你可以

1. 明確拒絕，
並離線或封鎖。



面對網絡性騷擾你可以

2. 截圖、拍照或錄影，
記錄對方的ID，
及事件發生的時間。



面對網絡性騷擾你可以

3. 向網絡管理員、信任的人求助。
必要時也可採取法律行動，例：報警。

999

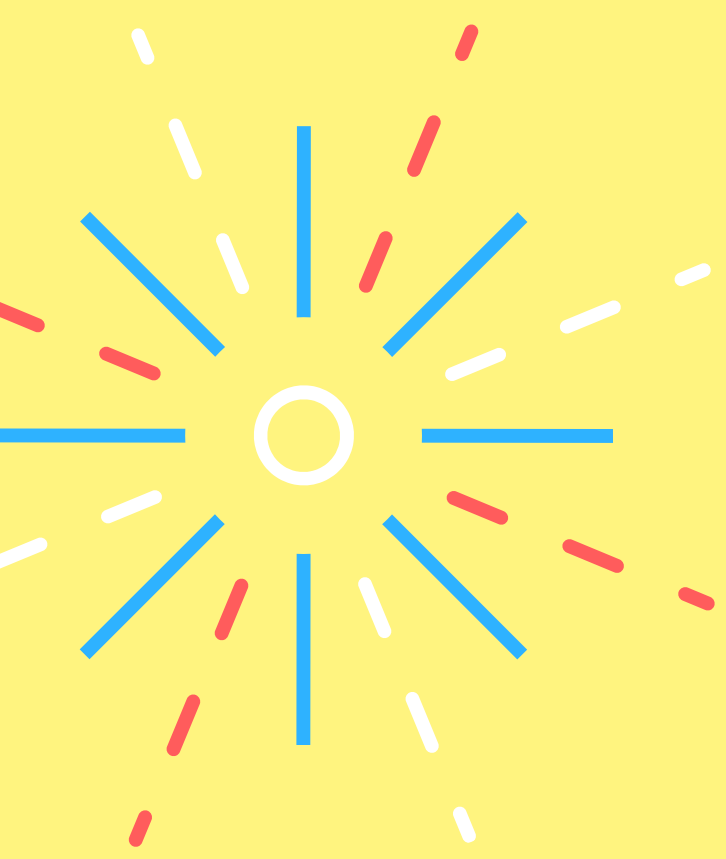


#保護自己
#尊重他人
#防範網絡性騷擾

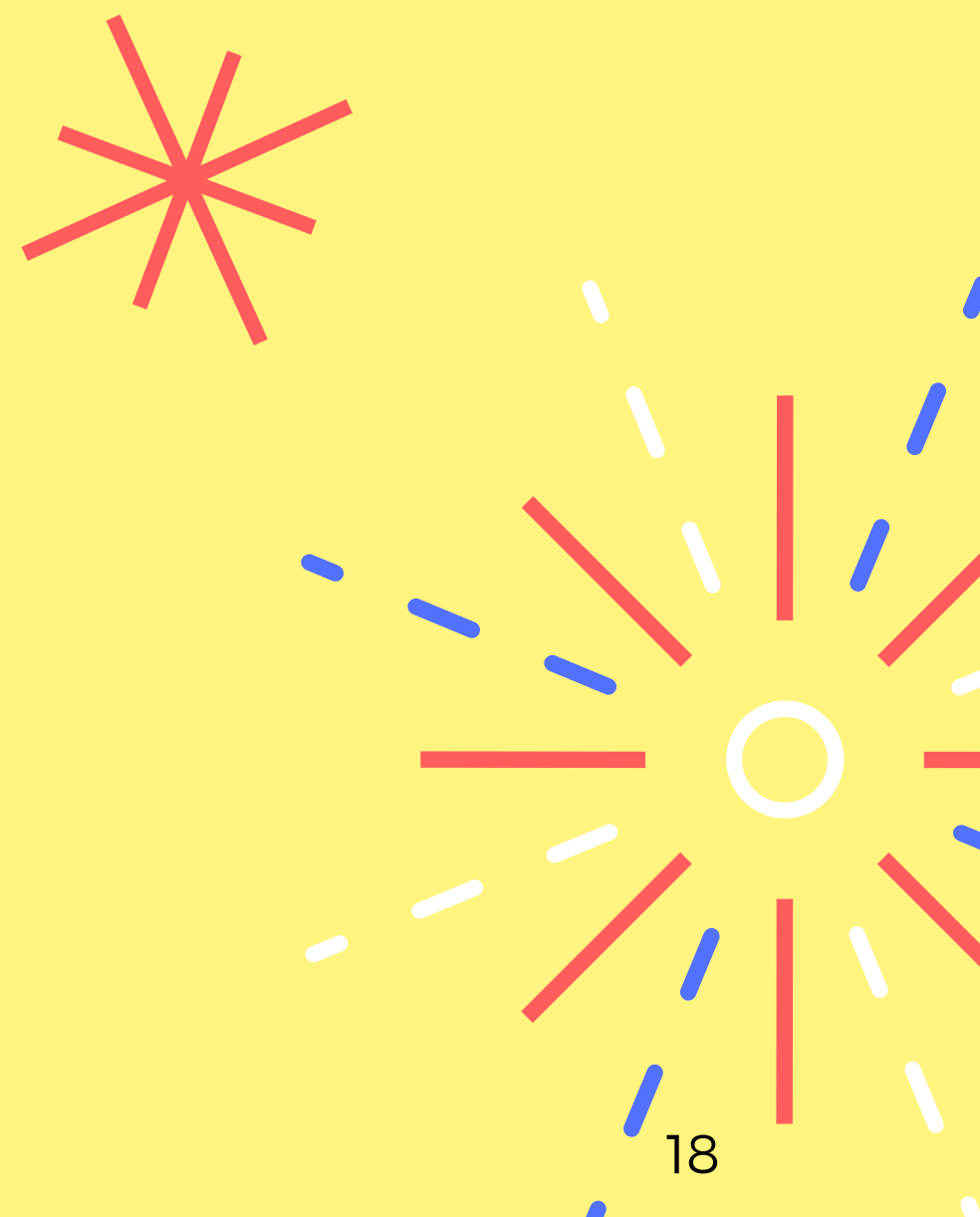
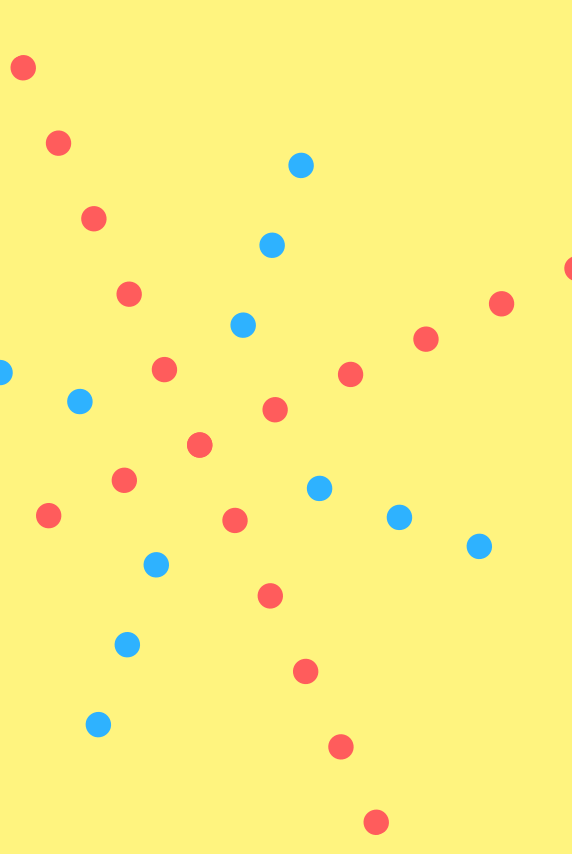
面對網絡性騷擾不要感到歉疚

不要因為拒絕對方或是
對方是熟悉的人而感到歉疚，
被性騷擾時無須顧及情面，
任何人都沒有權力來傷害你，
應即時採取行動，維護自己身體的主權。





節日約會安全



Merry Christmas
Happy New Year

八.本會成立九週年 祝福語

一年又一年，澳門性教育學會已經九歲啦！
感謝會員對本會的祝福，感恩大家風雨同路，
本會將繼續努力，堅守使命，把「愛的教育」傳承下去！

九載耕耘，碩果豐豐，風雨同舟，
揚帆起航迎十載！

澳門性教育學會在會長及幹事們努力的經營下，團隊越來越壯大！在過去的九年裏，大家都在用生命啓迪智慧，用愛心滋養希望，同心協力為澳門性教育推廣工作作出貢獻，實屬可貴。祝願學會在未來的日子繼續穩步、持續、健康的發展！

九年的務實耕耘，九年的無數汗水，九年的堅持初心。我在此，藉澳門性教育學會成立九週年致上最高的敬意和無限的祝福。感恩有你們每一位默默的付出，肩負著造福澳門人的使命，在推廣性教育和建設社會和諧上有著絕對的功勞。祝願澳門性教育學會長長久久，奔向未來，讓更多澳門大眾受惠，讓每個家庭、每個人都幸福美滿。

祝學會業務蒸蒸日上！
祝學會會務蒸蒸日上！

同心合力 會務繼續發光發亮
堅守愛的使命，生命影響生命
祝學會九歲生日快樂！
祈學會同仁同心同德，祝學會生日快樂！

繼續努力推廣性教育
邁步向前

祝學會成立9週年快樂！
祝賀學會成立九週年，會務更上一層樓👏我們永遠支持你👏
祝學會生日快樂！會務蒸蒸日上！
生日快樂🎂
祝學會愛的教育長長久久
祝福澳門性教育學會繼續穩定發展，造福社會
培訓更多性教育導師
繼續發展性教育專業道路
祝學會業務蒸蒸日上
團結友愛
愛己愛人，攜手前行



在MSSE這個大家庭，每個人都有一個信念，
相信「愛的教育」能使每個生命懂得「愛」，
感謝所有活動導師為愛去付出，
感謝願意與本會一路同行的您，
願我們繼續攜手，為所愛的發出聲音，以生命影響生命！





親情

友情

愛情



愛是需要學習

編輯 | 黃嘉麗、李文靜、梁美珊、余嘉雯

內頁設計 | 黃嘉麗、陳敬蓮

封面設計 | 陳可欣

校對 | 周艷韜



6647 7717



msse2013



澳門性教育學會-MSSE



msse.macao@gmail.com



www.msse.org.mo