



澳門性教育學會

Sociedade de Educação de Sexualidade de Macau

會訊

第十三期

2025.01

Love



to be learned

目錄

會長寄語

永不止息的「愛」2

學會介紹

理念及使命.....3

第七屆理監事成員.....4

年度紀要

2024年度工作回顧.....5

精彩活動花絮.....6

連繫各界

參與社團活動.....9

經驗分享

「2024以愛同行社區活動」 舞台及攤位遊戲
—導師經驗分享.....10

美好時光

2023年度會員大會.....12

幹事聚會.....13

資源分享

好書・好玩.....14

永不止息的「愛」

澳門性教育學會成立十二年了！回首過去，我和顧問們、幹事們、會員們一起走過了不平凡的旅程。在這十二年期間，本會共舉辦了293項性教育活動，包括學生活動、家長活動、親子活動、專業人員培訓、義工培訓、會員培訓等，累積受惠人數逾9,280人，每一項活動都充滿了挑戰與成就，也充滿了希望與夢想。

雖然在過去的幾年，疫情帶來的經濟環境變化使本會面臨前所未有的挑戰，但性教育的重要性從未減弱。我們仍努力堅守使命，始終堅信性教育是「愛的教育」，希望讓更多的人在愛中成長，體會「愛己愛人」的深刻意義。

感謝幹事們在艱難時刻的堅持與奉獻，你們的努力與付出使本會能夠在逆境中繼續前行，讓我們的理念得以在社會中發光發熱。2025年1月，第七屆理監事即將就職，感恩幹事們不忘初心，繼續同心同行，藉此勉勵全體幹事，無論未來的路多麼艱辛，我們都要牢記，性教育的價值與意義是我們前進的動力，希望大家持續保持對性教育的熱情，為每一個生命的成長而奮鬥！相信每一個小小的努力，都是在為未來播下希望的種子，讓更多的人受益於這份「愛的教育」。

最後，感謝每位顧問對本會長期以來的看顧，包括晏涵文教授、高松景教授、呂嘉惠性諮商師、李明英教育經理、黃艷蘭老師、薛雪梅老師、李文靜社工等，你們的每一個鼓勵、每一句安慰、每一次支持，都為我們帶來無限的溫暖和前進的動力；感謝所有會員的不離不棄，有的甚至陪伴本會達十二年，你們的默默支持為我們的穩步發展不斷注入力量。願我們在愛中繼續並肩前行，讓「愛的教育」的光芒更加璀璨！



學會介紹

理念及使命

一、宗旨

1. 團結及提升澳門關注性教育人士之專業水平。
2. 推進澳門的性教育發展。
3. 促進市民建立健康的性觀念。

二、理念

我們堅信性教育是「愛的教育」，是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，在每段關係中自尊自重、尊重他人，愛己愛人。

我們也堅信性教育是「品格教育」，本會從全人發展的性教育理念出發，認同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，教導重點不只在「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」。

性教育與個人成長和人的一生息息相關，是每個人自小都應該學習的課題。

三、性教育大使



四、會徽

MSSE=澳門性教育學會

最內層的性別符號=健康的性觀念



雙手圍成心型狀=用心推行

最外層的心型=愛的教育（性教育）

含意：我們用心推行「愛的教育」（性教育），期望促進市民建立健康的性觀念。

第七屆理監事成員

會員大會

會長：黃嘉麗

副會長：陳敬蓮

理事會

理事長：梁美珊

副理事長：梁嘉敏

監事會

秘書長：溫綺妍

監事長：李玉銀

副秘書長：黃潔如

副監事長：周艷韜

司庫：林慧婷

監事：朱少興

理事：余嘉雯、霍柳嫦、黃婷、黃小燕、黃馨慧、楊龍興

顧問團隊：晏涵文、高松景、呂嘉惠、李明英、黃艷蘭、薛雪梅、李文靜

澳門性教育學會理監事成員來自不同領域的專業人士，包括教師、社工、學生輔導員等，均曾接受性教育導師專業培訓，大部份更獲得台灣杏陵醫學基金會、台灣性教育學會聯合授予的「台灣性教育師證照」，具備性教育專業資格，利用工餘時間熱心會務，對性教育工作充滿熱誠。

顧問團隊

晏涵文：台灣師範大學健康促進與衛生教育學系名譽教授、

台灣杏陵醫學基金會董事長兼執行長、台灣性教育學會名譽理事長

高松景：台灣性教育學會常務監事、台灣師範大學師資培育學院教授

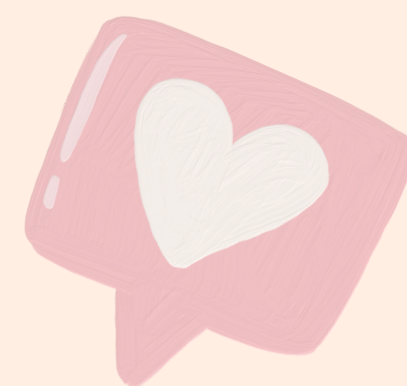
呂嘉惠：台灣荷光性諮商專業訓練中心執行長、台灣性諮商學會創會理事長

李明英：香港家庭計劃指導會教育經理

黃艷蘭：鏡湖護理學院兼職教師

薛雪梅：澳門性教育學會創會會長

李文靜：澳門性教育學會前副會長



學生活動 (小學)

活動名稱	委託單位
「愛的抉擇」性教育工作坊 (5場)	化地瑪聖母女子學校
社區健康論壇—「守護身體界線」性教育講座	澳門特殊奧運會—智愛智樂社區支援中心

學生活動 (中學)

活動名稱	委託單位
「愛的抉擇」工作坊/講座 (3場)	澳門基督教青年會違法青少年短期宿舍
「尊重多元性別」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
「好好戀愛」講座	澳門科技大學

家長活動

活動名稱	委託單位
「如何與子女談性之自我保護」家長工作坊	澳門街坊會聯合總會家庭服務中心
「愛惜自己從小教起」家長講座	澳門明愛泉仁樂家庭綜合服務中心

親子活動

活動名稱	委託單位
「2024年以愛同行社區活動」舞台及攤位遊戲	澳門防止虐待兒童會
「安全小超人」親子工作坊	澳門明愛泉仁樂家庭綜合服務中心

義工培訓

活動名稱	委託單位
善明會「關愛兒童自我保護意識」教育推廣計劃—性教育培訓課程	澳門善明會

綜合上述活動，本會於2024年度舉辦共 **16項** 活動，受惠人數共 **1,074人**。

精彩活動花絮

學生活動 (小學)



「愛的抉擇」性教育工作坊
(化地瑪聖母女子學校)



社區健康論壇—「守護身體界線」性教育講座
(澳門特殊奧運會—智愛智樂社區支援中心)

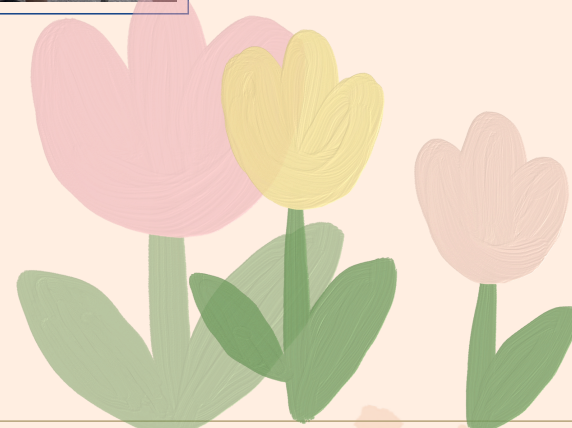
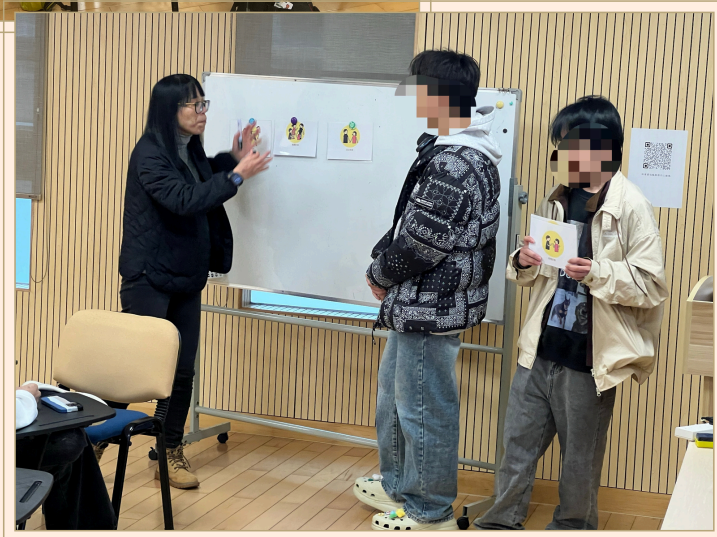
學生活動 (中學)



「尊重多元性別」講座
(澳門中華新青年協會)



「愛的抉擇」工作坊/講座
(澳門基督教青年會違法青少年短期宿舍)



年度紀要

學生活動 (大學)



「好好戀愛」講座
(澳門科技大學)

家長活動



「愛惜自己從小教起」家長講座
(澳門明愛泉仁樂家庭綜合服務中心)



「如何與子女談性之自我保護」家長工作坊
(澳門街坊會聯合總會家庭服務中心)

親子活動



「安全小超人」親子工作坊
(澳門明愛泉仁樂家庭綜合服務中心)

「2024年以愛同行社區活動」舞台及攤位遊戲
(澳門防止虐待兒童會)



義工培訓



「關愛兒童自我保護意識」教育推廣計劃—性教育培訓課程
(澳門善明會)

連繫各界

參與社團活動

本會幹事一直秉持本會宗旨，積極與社會各界連結，參與不同社團舉辦的性教育相關研討會及活動，期望與社團同行，為澳門的性教育發展齊心努力。

2024年度本會參與之活動如下：

1. 慶祝婦聯家庭服務中心成立25週年活動

主辦單位：婦聯家庭服務中心



2. 「2024學生健康大使」開幕禮

主辦單位：澳門中華新青年協會



3. 2024「愛·分享 We Care, We Share」 心理健康青年推廣大使計劃暨全澳中學生 心理健康演講比賽開幕典禮

主辦單位：澳門演講家協會、澳門扶輪社、
澳門基督教青年會



4. 性教育由家出發系列活動之「Life on」 探索號—生命的密碼展覽及體驗活動

主辦單位：家庭生活教育



5. 第十二屆海峽兩岸暨港澳地區青少年性與健康系列活動「關愛、責任、成長」研討會及 座談會

主辦單位：澳門健康促進協會



「2024年以愛同行社區活動」 舞台及攤位遊戲—導師經驗分享

由教育及青年發展局主辦、澳門防止虐待兒童會承辦的「2024年以愛同行社區活動」，本會應澳門防止虐待兒童會委託，舉辦其中兩項活動，包括舞台遊戲「男女齊齊Say Yes」，以及攤位遊戲「身體紅綠燈」。

舞台遊戲導師心得—霍柳嫦、朱少興

本次活動目的是讓幼兒認識男女生皆可以不受性別刻板印象的局限，培養個人喜好，同時也讓家長瞭解子女可按自己喜好選擇玩具、與趣，發掘天賦才能。



活動主要透過孩子根據個人意願作出行為選擇，期望孩子在活動過程中反思別人和自己所作的選擇，檢視自己是否被固有的性別刻板印象所局限，幫助他們跳出性別刻板印象的框架，找尋自己的天賦才能、發展所長。例如：邀請孩子分別按問題找出自覺屬於男孩子或女孩子的玩具圖卡，活動過程中發現往往有孩子選出洋娃娃是女孩子的玩具，機械人、槍、汽車是男孩子的玩具，可見這些性別刻板印象仍存在孩子身邊；但經過本會導師的指導，孩子能理解性別角色的基本概念，明白可以不受性別刻板印象的局限，按自己喜好選擇玩具。最後，家長對於孩子參加性別角色活動的態度是支持和鼓勵的。

攤位遊戲導師心得—梁嘉敏、溫綺妍

本次活動目的是讓孩子分辨好與不好的身體接觸，保護身體私隱。遊戲設計簡單易懂，適合各年齡層之孩子，主要是透過情境角色代入，練習分辨好與不好的身體接觸，學習相信自己的感受、拒絕不好的接觸及運用N.O.T安全秘笈應對。



遊戲吸引了不少市民參與，大多數的孩子能辨析好壞的身體接觸，也有少數孩子需由家長或本會導師指引下才能辨識。在過程中，有趣的是有些家長常常急於告訴孩子答案，但孩子卻表示出與家長不同的答案，此時導師會聆聽孩子的心聲，了解孩子的想法，繼而進一步引導孩子避免受侵害。家長們表示，設計的情境與孩童生活文化相符，對孩子實際生活有預警作用。



此外，活動強調了「相信自己的感受」的重要性，我們應該教導孩子，如果在任何一種觸碰中感到不舒服、害怕或不安，無論對方是熟識的人還是陌生人，都應該立即說「不」，並尋求幫助。這一點非常重要，因為很多時候，孩子可能因為害怕或羞愧而不敢說出來。同時，活動還提及保護隱私的重要性，以及如何運用N.O.T安全秘笈，正確地向信任的成年人求助，希望孩子能夠在遇到危險時，懂得保護自己。同時，活動還鼓勵家長嘗試如何與孩子溝通這些較敏感的性話題，將學到的知識運用到日常生活中，確保孩子能夠健康、安全地成長。

更重要的是，希望透過活動讓大眾市民持續關注性教育，為孩子創造一個安全、有愛的成長環境。這不僅僅是學校和老師的責任，也是家長應盡的責任。



2023年度會員大會

本會在理監事同仁努力籌辦，顧問及會員的大力支持下，於2024年1月20日舉行「2023年度會員大會」。當天理事會及監事會匯報了2023年度工作報告及財務報告，均獲會員一致通過；同時由活動導師分享帶領親子活動的經驗和資源；本會為表彰對性教育事業做出傑出貢獻的導師們，會上向他們頒發感謝狀。同時，大會獲得三位顧問蒞臨支持，包括黃艷蘭老師、薛雪梅老師、李文靜社工等，她們均對本會一年來的努力給予肯定，而幹事及會員於聚會期間也彼此寒暄問候及分享交流，場面熱鬧，共聚時光雖然短暫，但彼此對性教育的熱誠有增無減。



由創會至今，幹事們都只能利用工餘時間兼顧會務工作。雖然聚會的時光不多，但幹事們在忙碌工作之際下，仍透過定期會議就會務出謀獻策，更藉此時機聯繫彼此感情，每每在幹事成員生日之際送上祝福，為團隊增添更多的愛。

幹事們彼此同心協力，使各項會務工作順利開展，期望能將本會的理念得以實踐，讓更多人體悟到「愛的教育」的意義。



一、好書推介

書名：想愛好難，你該怎麼辦？拆解愛情，跟著專家上一堂超人氣「愛情學」

作者：高松景

出版：創意市集

一本超實用戀愛行動手冊！剖析及拆解愛情的原理，成功談場專屬於你的理想愛情，是男女生都必備的戀愛入門書。

什麼是「愛」？你想從愛情中得到什麼？「喜歡」為何不是「愛」？愛情只有「激情」嗎？還是應包含「親密」和「承諾」呢？其實，愛無法「與生俱來」，需要經過學習。

—引自：誠品線上



書名：論盡性好奇II—139個青少年更想知道的性常識

作者：香港家庭計劃指導會

出版：天地圖書

青春期的孩子，對性特別好奇，此書有139個青少年最想知道的性知識，作為教育工作前線人員或家長，能針對他們想知的性知識去展開性教育，相信能達到更佳的教育效果。



二、好玩桌遊推介

名稱：塞可斯

出版：荷光性諮商專業訓練中心

塞可斯試圖透過遊戲營造談性氛圍，讓談性變得輕鬆和有趣。透過遊戲的形式，將青春期對於性的發展、好奇與疑惑予以一般化，減少錯誤資訊帶來的傷害，並討論各種人際與愛戀情境中可能面臨的挑戰，為青少年做好準備。

—引自：荷光性諮商專業訓練中心



願我們在愛中繼續並肩前行，
讓「愛的教育」的光芒更加璀璨！

編輯：梁嘉敏、黃嘉麗、梁美珊、
陳敬蓮、霍柳嫦、朱少興、
溫綺妍
校對：梁嘉敏、黃嘉麗
設計：陳敬蓮



6647 7717



msse2013



澳門性教育學會-MSSE



msse.macao



msse.macao@gmail.com



www.msse.org.mo