教育部國民及學前教育署109學年度
校園性教育（含愛滋病防治）計畫

全人性教育及校園性教育（含愛滋病防治）推動策略應用與相關資源

計畫主持人：
輔仁大學公共衛生學系主任
鄭其嘉 副教授



報告重點

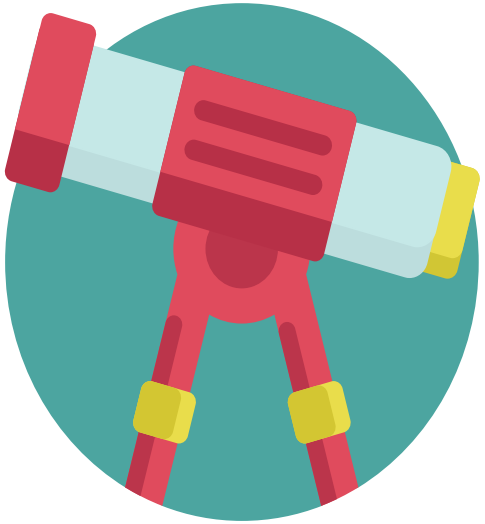
1.計畫理念與推動策略：

全人性教育，愛己尊重人

2.現況以及相關研究

3.愛滋病防治教育

4.相關教學資源



01

全人的性教育，意義與內涵

What is Sexuality Education about?

何謂「全人的性教育」(sexuality education)？

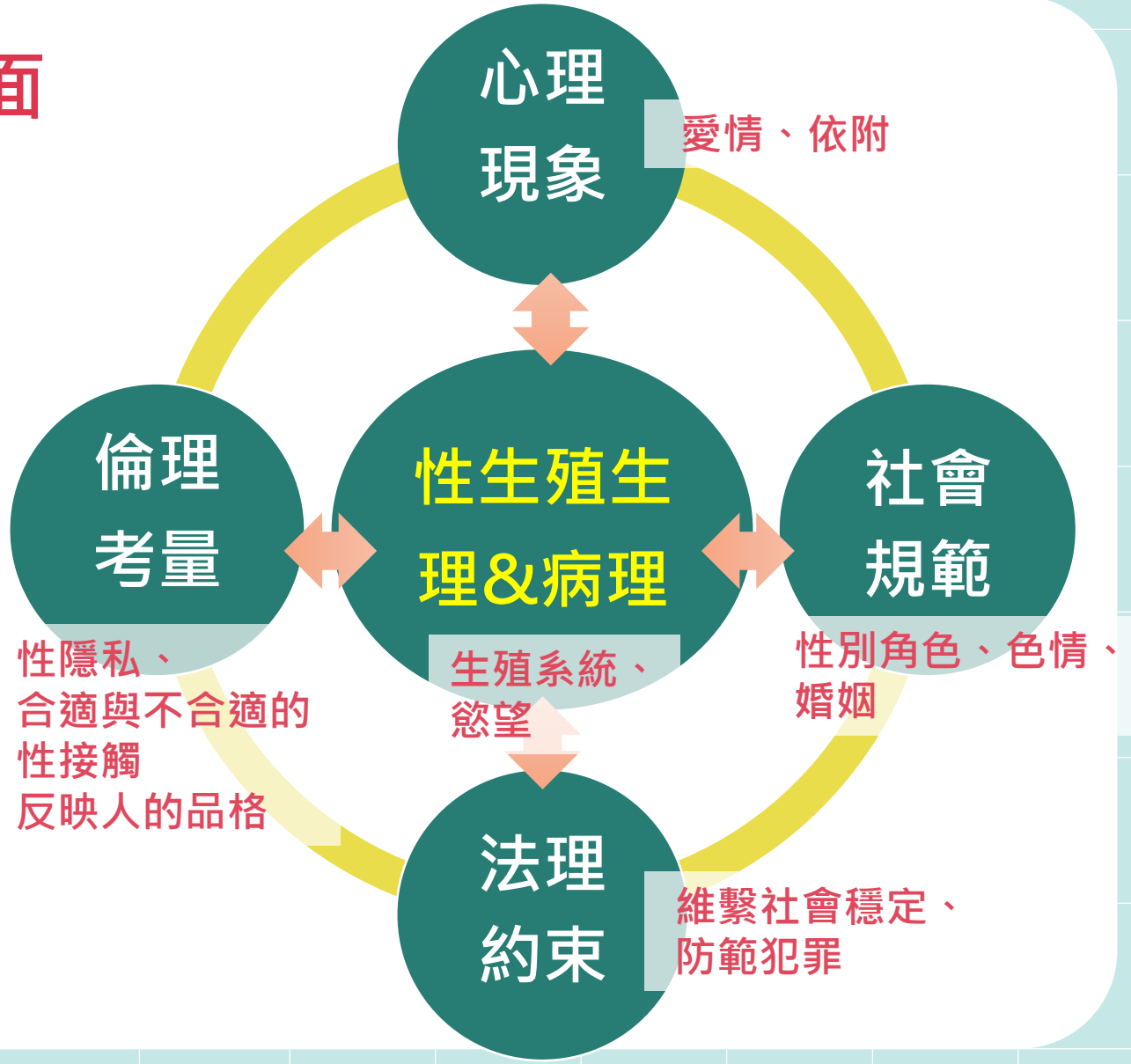
- 「全人的性教育」是一以**全人發展**為基礎的性教育觀，強調人類的「性」的完整面向，包括性的生理面、心理面、社會面、倫理面、法理面，病理面等。
- 全人的性教育不是性行為教育或生殖系統教育，而是在**教導健康的親密關係**，它是一種「愛的教育」、「品格教育」與「人性教育」，因此，除了性知識，更要教導正確性價值觀以及建立親密關係與提升性健康的能力，並防範性危害。
- 性教育以「**愛、尊重、負責任**」為核心價值，教導人們如何珍視自己、尊重他人，並能為自己的行為做負責任的決定，其核心在於提升心理健康，並支持美滿的家庭與婚姻生活。

SEXUALITY (全人的性、性的全部)

- UNESCO (2018，p17)：
- 「性(sexuality)是人性的一個核心面向，包含了：人對身體的了解以及與身體的關係、情緒依附與愛、性、性別、性別認同、性取向、性親密、愉悅以及生殖等。
- 亦即，人類的性(sexuality)包含生物、社會、心理、精神/靈性、宗教、信仰、政治、法律、歷史、倫理與文化等面向，並隨生命週期而發展」

性(sex)的多元影響層面

- 「性」雖以生殖系統與慾望為其基礎與源頭，其影響層面卻很廣！
- 性的生理、心理、社會、法理、倫理，甚至更多面向，構成了「性」(sexuality)的總體性質！



- 人，會寂寞、空虛，我們都需要愛與被愛

- 有人想用性來獲得愛，但，性永遠無法驗證愛
- 有人想用性來排解寂寞，但，短暫的感官刺激卻加深了虛空與自我懷疑

- 我們真正的需要，是

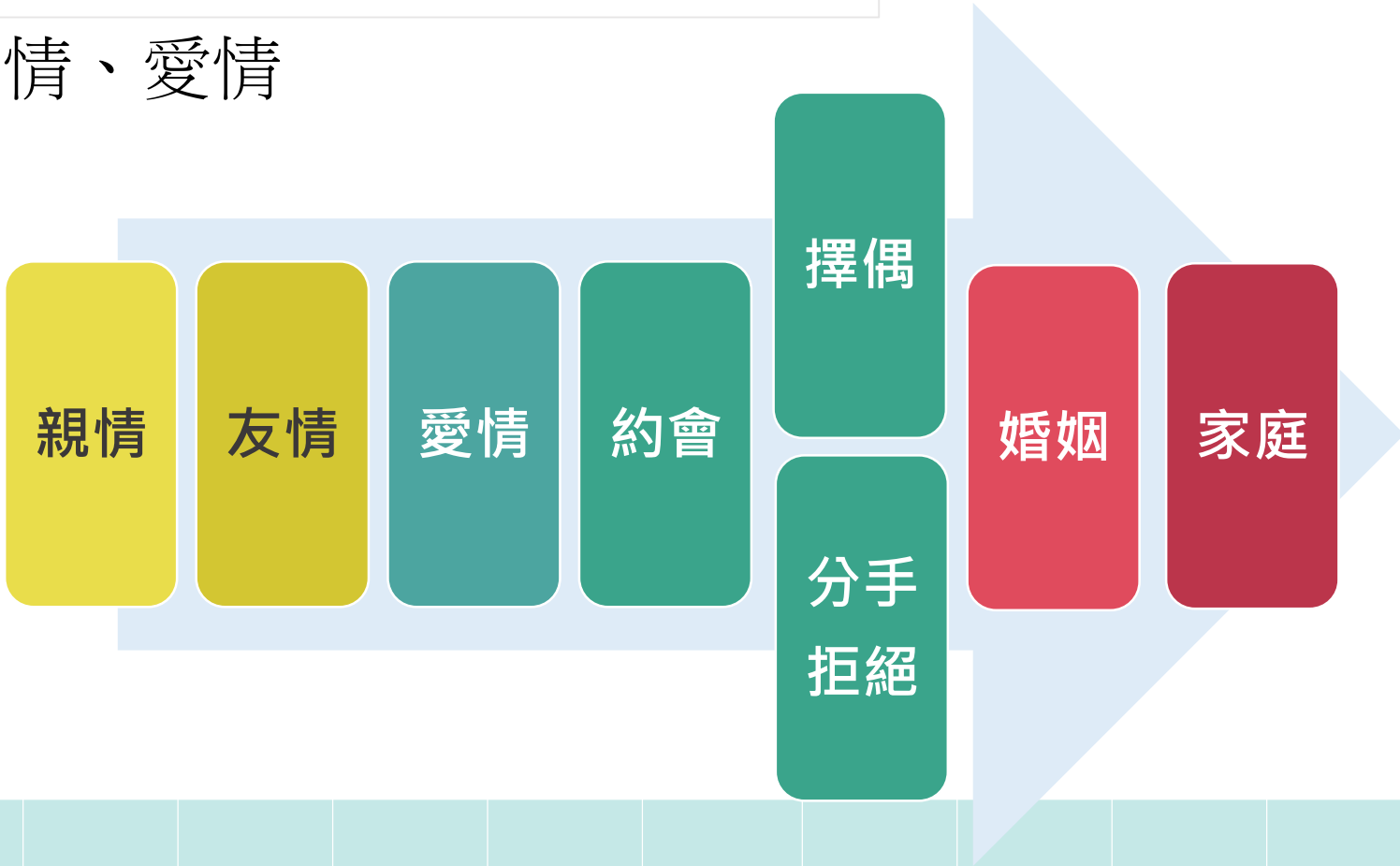
  與人建立有意義的愛的關係！



關係是性教育的脈絡

先認識親密關係，再認識性關係

親情、友情、愛情



什麼是「健康的親密關係」呢？

- 任何健康的親密關係都在表達彼此的「**愛**」、「**關懷**」與「**善意**」。





- 健康親密關係應是一種「**長期**」、「**穩定**」的關係

掌握性教育的核心價值

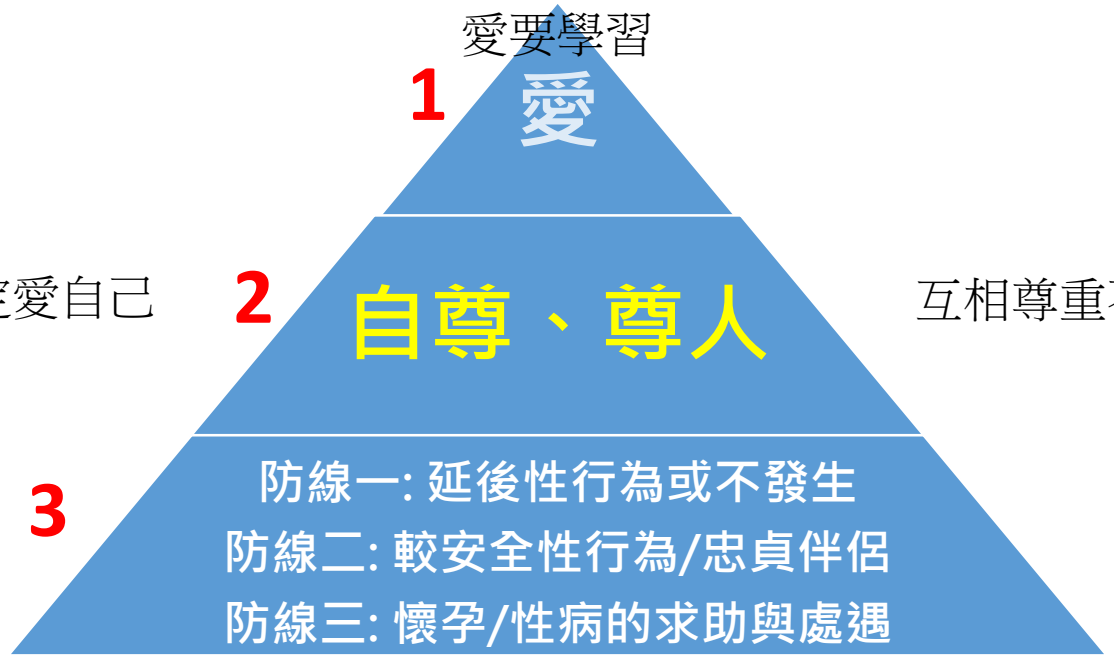
愛 與 尊重 與 負責任

全人性教育

愛己尊重人

全人123

一個愛的核心理念
兩個尊重的面向
三道負責任的防線



自我肯定愛自己

互相尊重不勉強

英國：關係與性教育



國小階段：關係教育

認識關係建立的基礎
認識正向關係的特徵，特別是友誼、家人關係以及與其他小孩或成人的關係

國中：關係與性教育

立基於國小所學，進一步發展學生對健康的了解，增加對親密關係以及性的認識

教導心理健康是最核心的部分：

提升學生的**心理健康**以及**復原力**，並成為快樂、成功以及有生產力的社會成員
相信他們有能力達到許多目標
培養品格：仁慈、誠正、寬大、誠實

心理健康與生理健康同等重要

社會關係技巧
(友善、溝通、同理、拒絕、協商)

情緒/情感辨識/表達
壓力調適

與人連結
服務參與

抵擋同儕/社群壓力

求助

運動
戶外休閒

充足睡眠

心理健康

健康體位

視力健康

遠離菸檳毒

擁有關係與性健康

從**心理健康**打造健康促進議題之整合策略

性教育的核心，乃是教導我們成為一個心理健康的人，知道如何愛與被愛

(製圖：鄭其嘉)







師長：愛、讚美與肯定

學生：學習感謝與感恩

自尊/自我價值感

自我保護能力
自我效能感

認識隱私、身體界線與身體自主權

生活技能: 自我肯定、做決定、有效溝通、拒絕技巧、協商、問題解決...

02

現況與研究

性行為的影響

不是只有性病或懷孕

青少年過早性活動

帶來發展不利影響

國健署:國中生性行為比率5.7%。4成未避孕

- 國健署表示，近10年來，國中生發生性行為比率，從2%一路攀升到5.7%，其中**女生有6.2%曾有過性行為，比率創新高**，更令人擔心的是國中生不論男女，**有近4成性行為沒有避孕**，也創10年新高紀錄，醫師警告太早發生性行為，除了容易未婚懷孕，青少女的生殖系統尚未發育成熟，也會增加日後罹患性病、不孕症及子宮頸癌的機會。

國中生**曾有性行為**

年份	男	女
2010	2.5%	2.0%
2012	5.4%	5.8%
2014	4.8%	5.0%
2016	5.4%	5.3%
2018	5.3%	6.2%

國中生最近一次**性行為沒避孕**

年份	男	女
2010	49.5%	37.7%
2012	25.8%	22.5%
2014	45.6%	19.2%
2016	25.2%	22.3%
2018	38.3%	39.0%

註：每2年調查一次

資料來源：國健署　製表：記者楊媛婷

2020-07-10

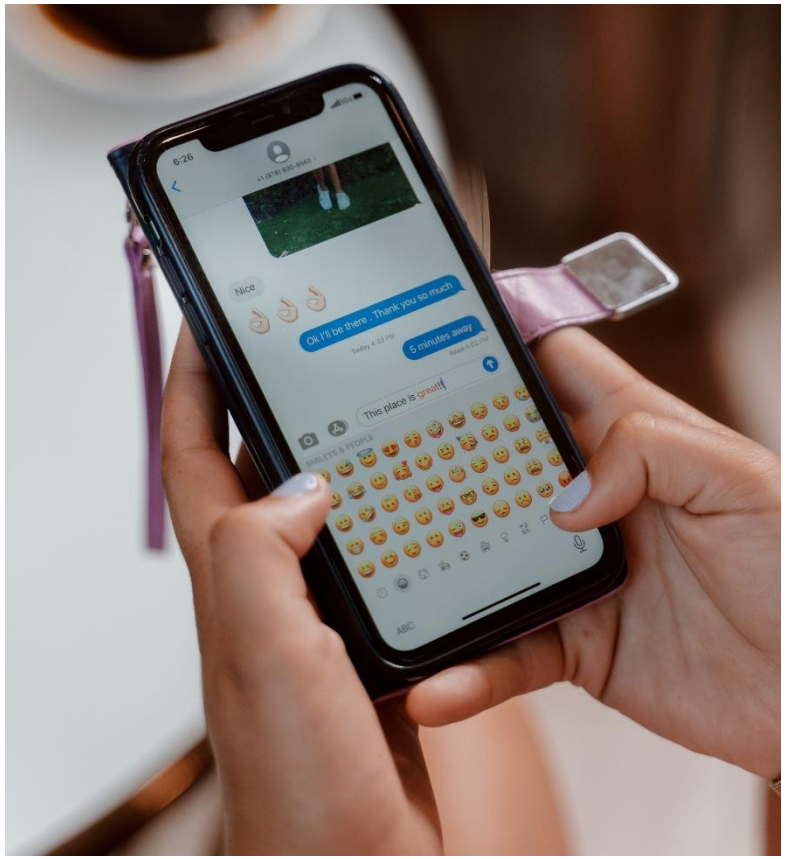
2017年15~17歲在學青少年有性行為百分比 人數（%）

	全體	男生	女生
	有性行為比例（%）	有性行為比例（%）	有性行為比例（%）
全體	3801（9.2）	1655（8.4）	2146（10.2）
高中	1217（7.2）	478（6.4）	739（7.9）
高職	821（11.3）	222（9.2）	599（12.3）
綜合高中	1602（8.6）	900（8.5）	702（9.0）
夜間部	161（22.7）	55（20.7）	106（24.4）

資料來源：國民健康署高中職、五專（1~3年級）學生健康行為調查
製表：黃天如

國健署

- 青少年發生性行為比率越來越高，而且和**網路色情資訊氾濫**有關，國健署最新調查，13到15歲青少年健康行為，結果發現**10個國中生，至少有4個接觸過色情媒體**，其中過半數，首次接觸色情媒體的年齡，落在**10到13歲**。



2020-07-10

美國 Healthy People 2020

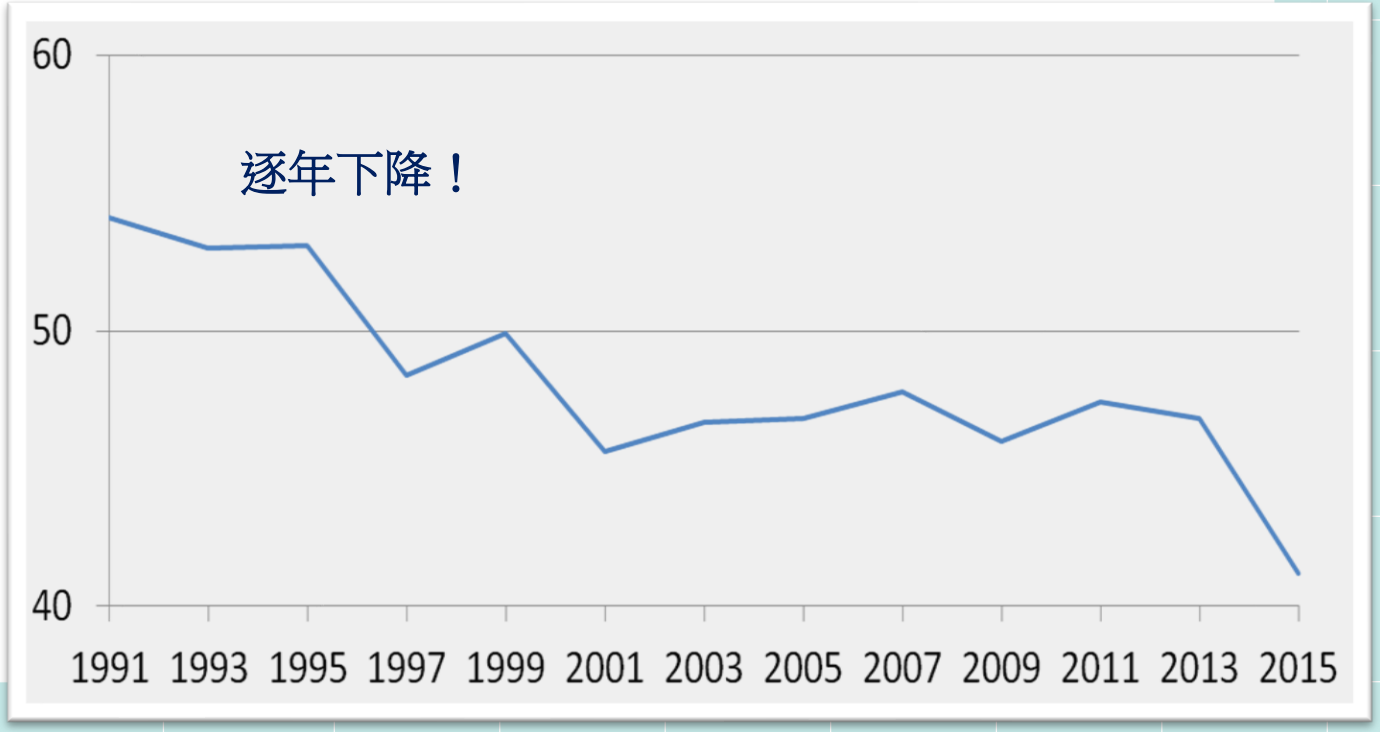
明定降低青少年性行為比率為國家健康指標

(FP-9 增加15-17歲青少年**從未有過性行為**的比率)
女生: 希望從 72.9% (2006-10資料) 至 80.2%
男生: 希望從 72.0% (2006-10資料) 至 79.2%

黑人(60%)>西班牙裔(49%)、白人(44%)

(Data: YRBSS)

全美高中生曾有過性行為比率趨勢



青少年大腦尚未成熟，成熟的決策能力仍在發展中

- 抽象思考
- 前瞻思考
- 衝動抑制

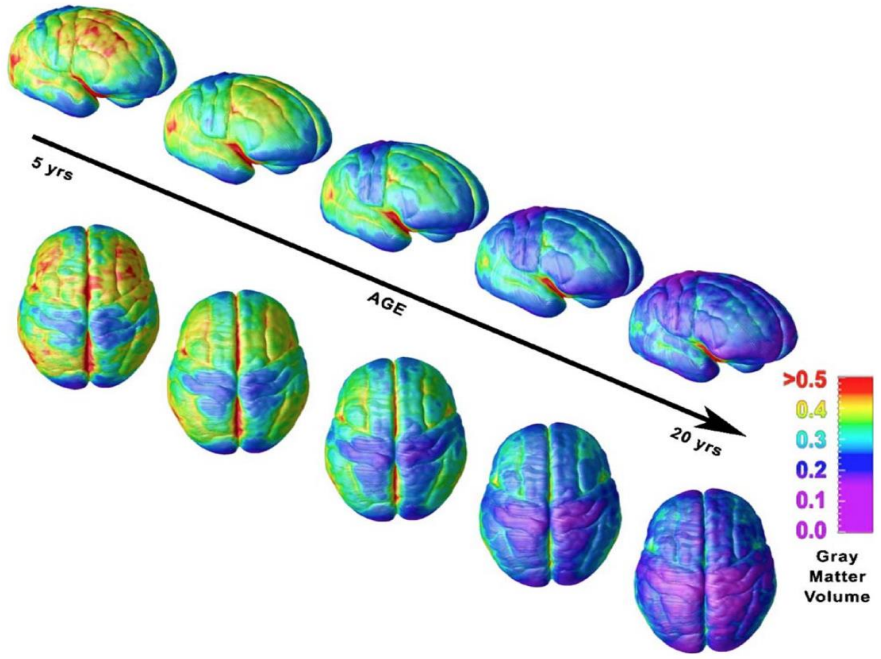
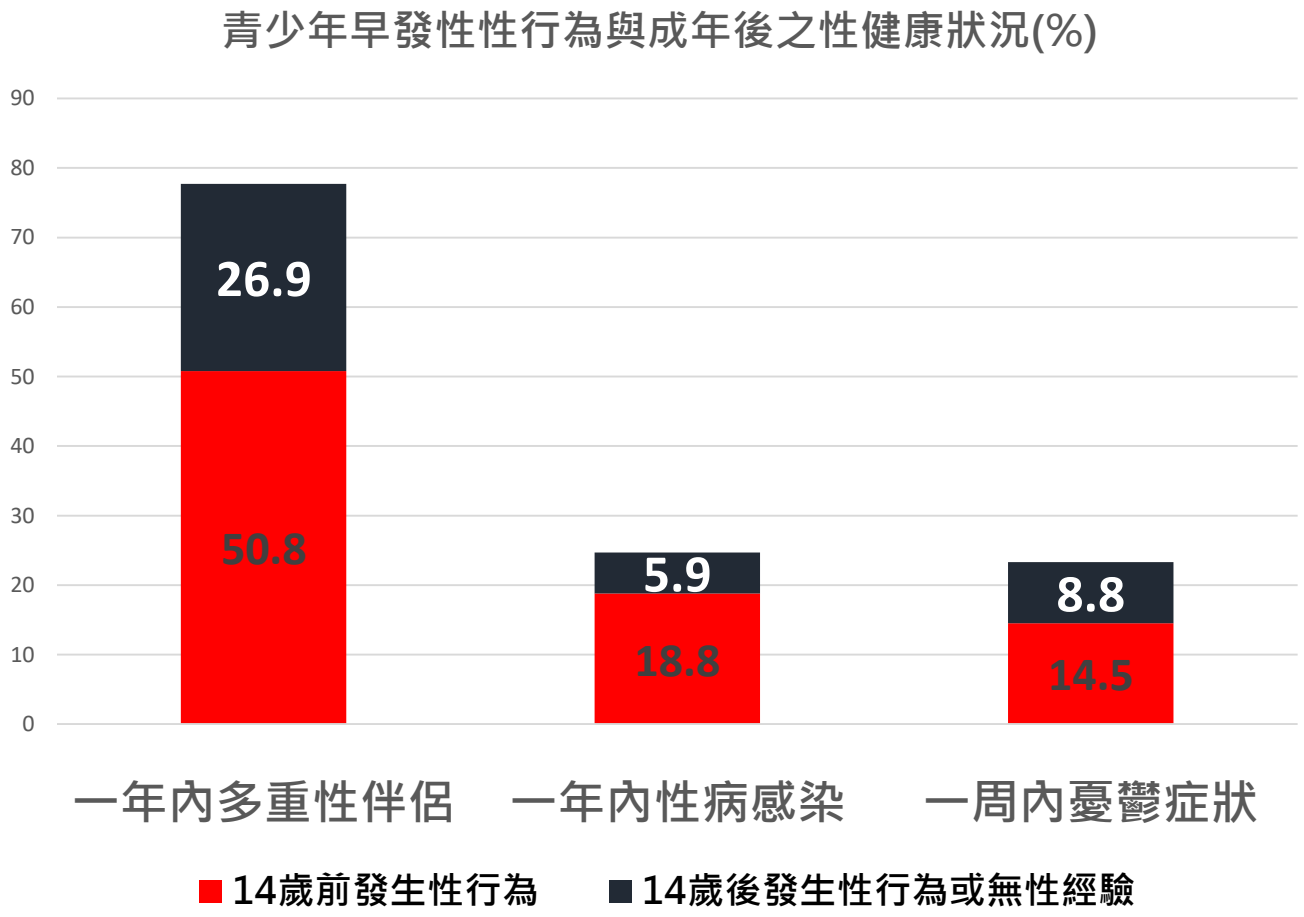


Fig. 2. Right lateral and top views of the dynamic sequence of GM maturation over the cortical surface. The side bar shows a color representation in units of GM volume. (For interpretation of the references to color in this figure legend, the reader is referred to the web version of the article.)

青少年過早性行為，容易憂鬱、多重性伴侶、性病

- 美國學者Kugler等(2017)追蹤近2000名沒有性經驗的11-13歲青少年：如果他們在**14歲**以前就發生性行為者，比在之後才發生者，更容易在成年後(19-21歲時)，在一年內有多重性伴侶、感染性病以及憂鬱症狀。**後兩者特別是女生**。



愈年輕發生性行為，憂鬱風險愈高

- 芬蘭學者Savioja 等(2015)發現，青少年**早期**(**14**歲前)與**中期**(**15-16**歲)發生性行為與憂鬱症狀有關，且愈年輕發生性行為，與憂鬱的關聯愈強。到了青少晚期(17歲以後)，這個關聯不再顯著。
- Goncalves 等學者(2017) 追蹤一群巴西青少年發現，女性青少年在**11-14歲**或**15-16歲**發生性行為者，比**17歲以後**發生或沒有性經驗者，在18歲時發展出憂鬱症狀的風險達**2.23-2.29**倍！
- 而且，如果發生性行為的對象如果是類似**一夜情**的對象，憂鬱風險高達**3.3**。

青少年過早性行為與不健康行為：吸菸、飲酒過量

- 學者Madkour等 (2010)研究：美國、蘇格蘭、法國、芬蘭、波蘭
- **15歲**以前就有性經驗者，與吸菸與飲酒過量有關。
- 五國皆然。男女性別無差異。

03

推動校園性教育策略

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-1

- **一、學校衛生政策**

1. 學校有倡議讓教職員工與家長支持與重視性教育（含愛滋病防治）議題。
2. 學校有成立性教育推動小組，依據性教育（含愛滋病防治）計畫內容，統籌規劃、推動並檢討。
3. 學校有將性教育計畫納入校務發展計畫中做整合，成為學校教育願景中的一部分。

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-2

- **二、性教育課程教學與活動**

1. 學校有評估學生在性教育（含愛滋病防治）議題之教育需求。
2. 學校有規劃與實施學校本位之性教育課程教學。
3. 學校有運用多元教育策略和活動形式，辦理各項性教育校園活動。
4. 學校有將生活技能融入性教育教學

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-3

- **三、物質環境**

1. 學校有設置一性教育資訊校園專欄，建立長設性的性教育學習角。
2. 學校有提供促進性健康的資源或設施，如：個人清潔衛生用品（衛生棉等）、足夠的廁所數...等。

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-4

- **四、社會環境**

1. 學校有配合學校重大活動或相關節慶，如校慶、家長日、世界愛滋病日、母親節等，規劃辦理校園性教育系列活動，營造重視性教育之氛圍。
2. 學校有增進學生對遭遇性危害、愛滋感染者的關懷與接納態度，透過參與相關活動，如：紅絲帶活動（關懷愛滋）、紫絲帶活動（家暴防制）...等。
3. 學校有友善的環境，尊重與包容。

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-5

- **五、社區夥伴關係**

1. 學校有邀請家長參與親職性教育課程或活動。
2. 學校有結合教育、衛生單位或民間資源，協助學校性教育活動的進行。
3. 學校有舉辦性教育校際觀摩或研討，分享經驗。

校園推動性教育（含愛滋病防治）策略-6

- **六、健康服務**

1. 學校有促進學校執行學生性健康相關需求評估，建立性教育高關懷學生及其家庭資料並建檔，並進行關懷與協助 。
2. 學校有提供師生性健康相關諮詢與輔導之服務，如：辦理性教育支持小團輔、讀書會、團體衛教、性健康諮詢、專線、網頁...等。

04

愛滋病防治教育

流行現況、防治策略

台灣愛滋現況

本國籍感染人類免疫缺乏病毒者趨勢圖

2003年至2020年

近年新增個案數

2020年：1288

2019年：1753

2018年：1990

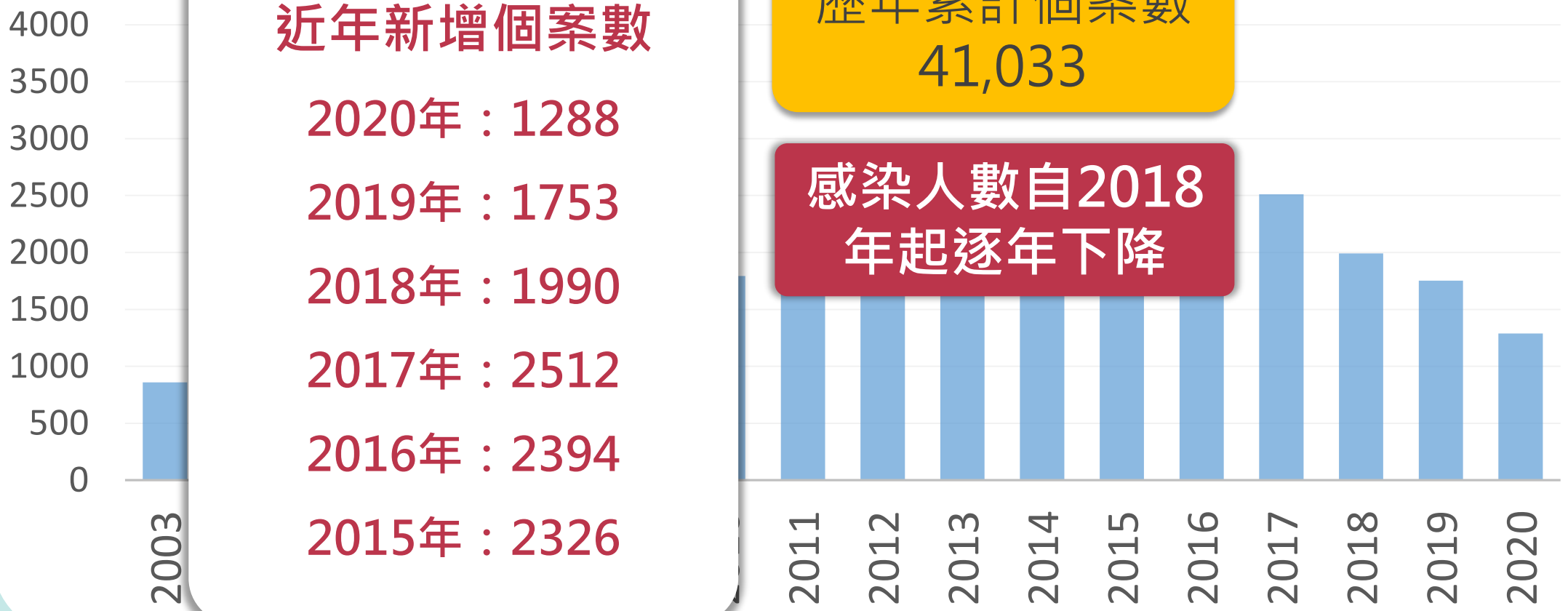
2017年：2512

2016年：2394

2015年：2326

歷年累計個案數
41,033

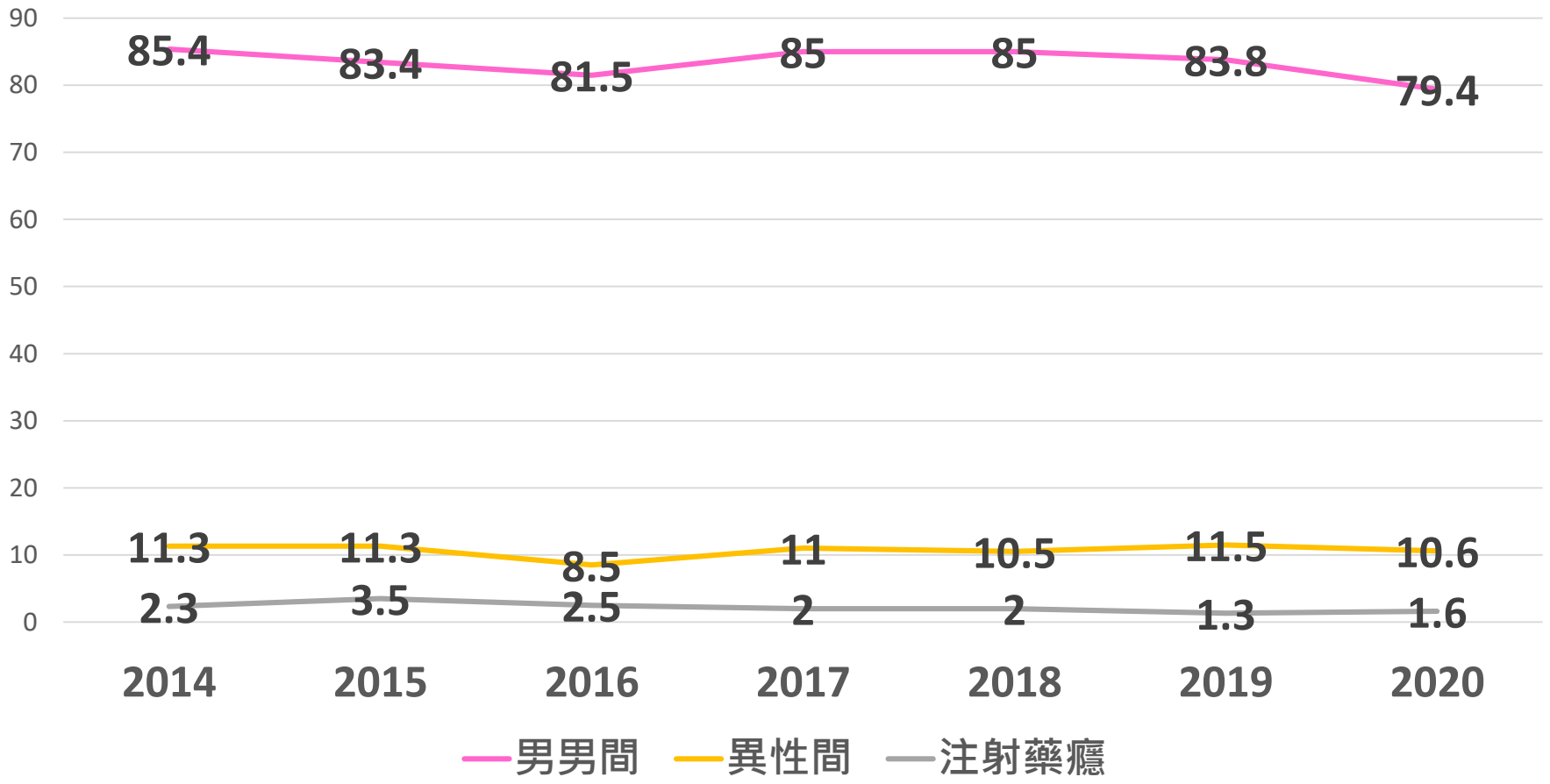
感染人數自2018年起逐年下降



資料來源：疾管署，截至2020年12月

2014-2020

愛滋感染新案主要危險因子(%)



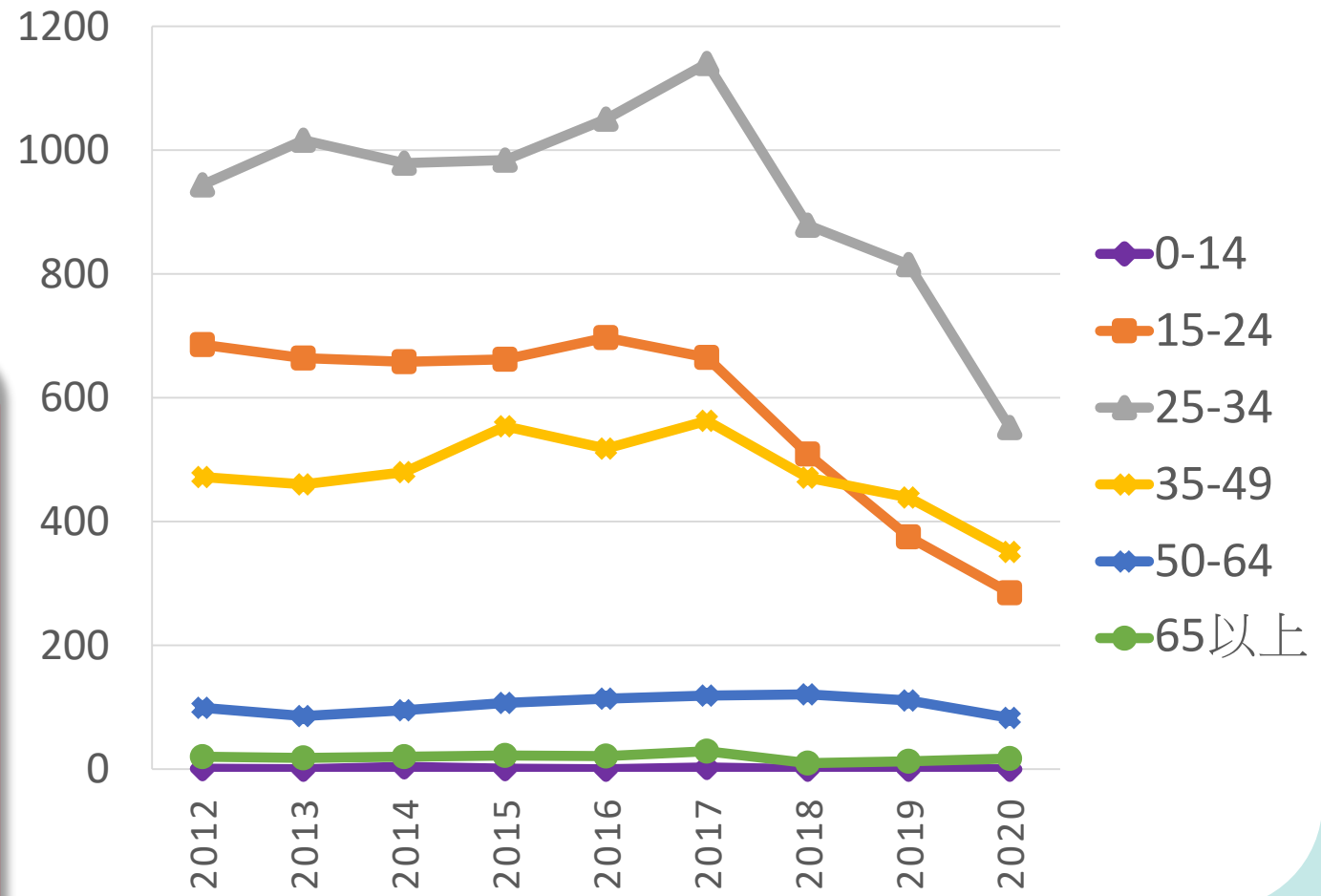
台灣愛滋現況

本國籍感染人類免疫缺乏病毒者年齡統計趨勢圖 2012年至2020年

台灣愛滋感染集中在
15-34歲青壯年族群

15-24歲族群從年齡層排名第2名將至第3名

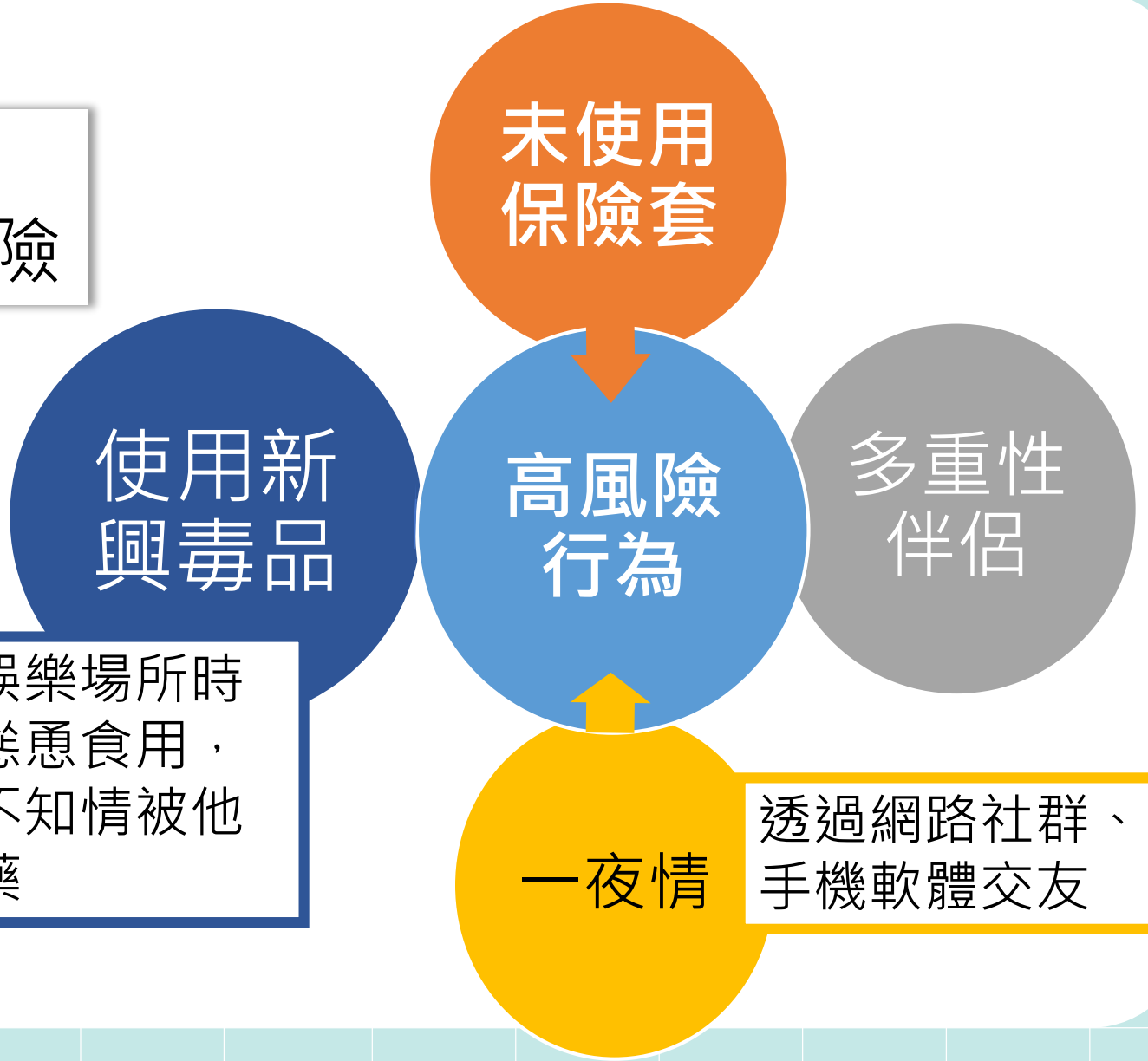
可見計畫投入校園性教育與愛滋防治有所成效，應繼續努力，加強教師及青少年對愛滋防治之正確意識，亦期望能消除對愛滋病的歧視，齊步邁向零感染、零死亡、零歧視之「三零」願景



教育人員可以做什麼

- 提供學生正確的愛滋防治知識
- 澄清常見愛滋病迷思
- 引導學生建立正確的性價值觀

這些行為增加發生
不安全性行為的風險



這些行為都不會感染HIV病毒



HIV病毒離開人體後，數分鐘內便死亡，不具感染力

圖片擷取自網路(圖源：AVERT.org)

針對感染HIV高危險族群的防治策略

(對尚在認識自己身體以及性的後果與拒絕性危害能力的兒童與青少年而言，此部分內容的教導需審慎。

建議在他們先認識身體、自我、性傳染途徑、性的危害，並建立自我珍視與自我保護的價值觀與技能後，並他們有高感染風險，方為教導時機)

PrEP跟PEP有什麼不一樣

類別/項目	暴露前預防投藥(PrEP)	暴露後預防投藥(PEP)
時機	針對持續高風險行為者，建議持續定期服用；或因事件發生前後使用	已經發生風險行為後，越早投藥越好，最好不要超過72小時，需服用28天
藥物成份	含TDF抗愛滋病毒成份(至多2種)	含3種抗愛滋病毒成份
使用方法	1.每日一顆；或 2.事件發生前24小時2顆與發生後24小時及48小時各1顆，一共4顆	每日1~8顆，分1~2次服用(視藥物種類)，完整全程服藥28天
藥物副作用	少	可能較多
藥物費用(自費部分)	每月約10,350-12,420元不等	每月約15,000-25,000元不等
預防效果*	若確實按時服藥，效果達90%以上	一般估計至少80%以上

*指預防感染愛滋病毒的效果

什麼是 U=U 呢？

Undetectable = Untransmittable

符合下列兩項要素：

1 穩定接受抗病毒療法
2 持續六個月控制在測不到狀態

病毒量降到40-50 (copies/ml)以下

HIV+性行為傳播風險可忽略甚至不存在

「可忽略」的定義：微乎其微或未達需要考量的顯著程度

SCORA
Sexual & Reproductive Health including HIV/AIDS

感染機率十萬分之一以下(未有其他性病狀況下)；
降低96%感染機率



根據國外學者Kijoma統計，男男間性行為者，使用PrEP者：
得到淋病的比率，是沒有使用PrEP族群的25.3倍
得到披衣菌的比率高出11.2倍
得到梅毒的比率更高達44.6倍

PrEP有可能造成性行為降低戒心或自我保護動機

守護健康 遠離性病-ABC

健康兩性交往ABC原則

A（Abstain）－

拒絕性誘惑。心動不一定要馬上行動，因為真愛值得等待。

B（Be-faithful）－

若要發生性行為，對伴侶忠實。

C（Condom）－

全程+正確使用保險套



愛滋病傳染途徑

預防秘笈

預防經由性行為感染愛滋病毒的有效方法就是**不發生性行為**

進行任何性行為時，請**全程正確地使用保險套**

性教育(含愛滋病防治)

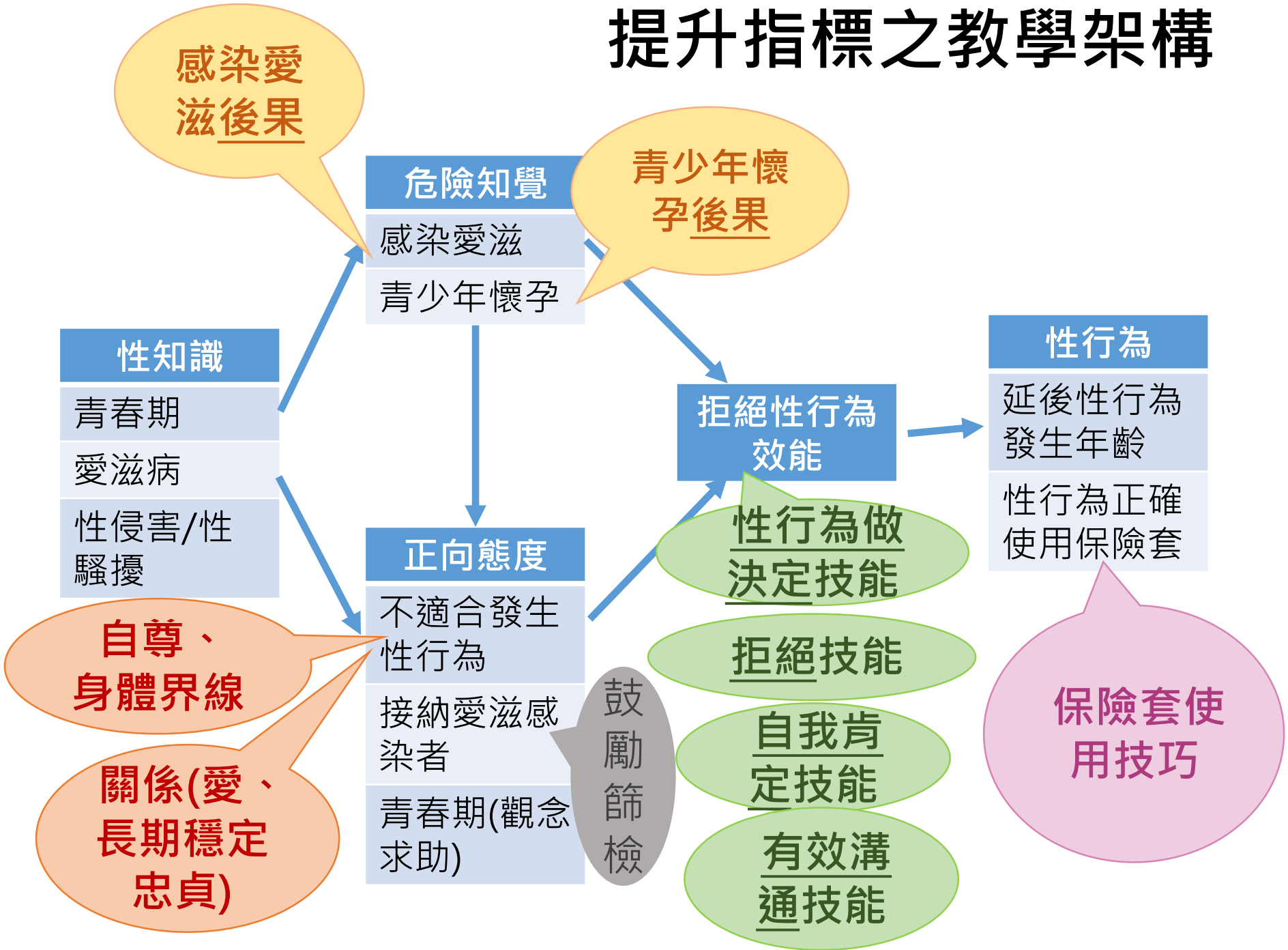
指標與性教育教學

性教育(含愛滋病防治)成效指標

國小	國中	高中職
性知識答對率 性態度正向率 接納愛滋感染者比率 危險知覺比率 拒絕性行為效能比率	性知識答對率 性態度正向率 接納愛滋感染者比率 危險知覺比率 拒絕性行為效能比率	性知識答對率 性態度正向率 接納愛滋感染者比率 危險知覺比率 拒絕性行為效能比率 負責任的性行為： (1)延後第一次性行為發生時間 (2)增加性行為過程中防護措施使用次數

健康成效指標及題目

提升指標之教學架構


感染愛滋後果
危險知覺
感染愛滋
青少年懷孕
青少年懷孕後果
性知識
青春期
愛滋病
性侵害/性騷擾
拒絕性行為效能
性行為
延後性行為發生年齡
性行為正確使用保險套
正向態度
不適合發生性行為
接納愛滋感染者
青春期(觀念求助)
鼓勵篩檢
性行為做決定技能
拒絕技能
自我肯定技能
有效溝通技能
保險套使用技巧
自尊、身體界線
關係(愛、長期穩定忠貞)

自我肯定的拒絕技能

自我肯定的人，是個平衡的人:
了解自己、尊重自己，同理他人、尊重他人



覺察自我真正的感受、想法、價值觀
危機意識與自我保護動機

透過溝通來表達自己
理解尊重他人

真正在關係中成長和享受。
能理性處理關係。

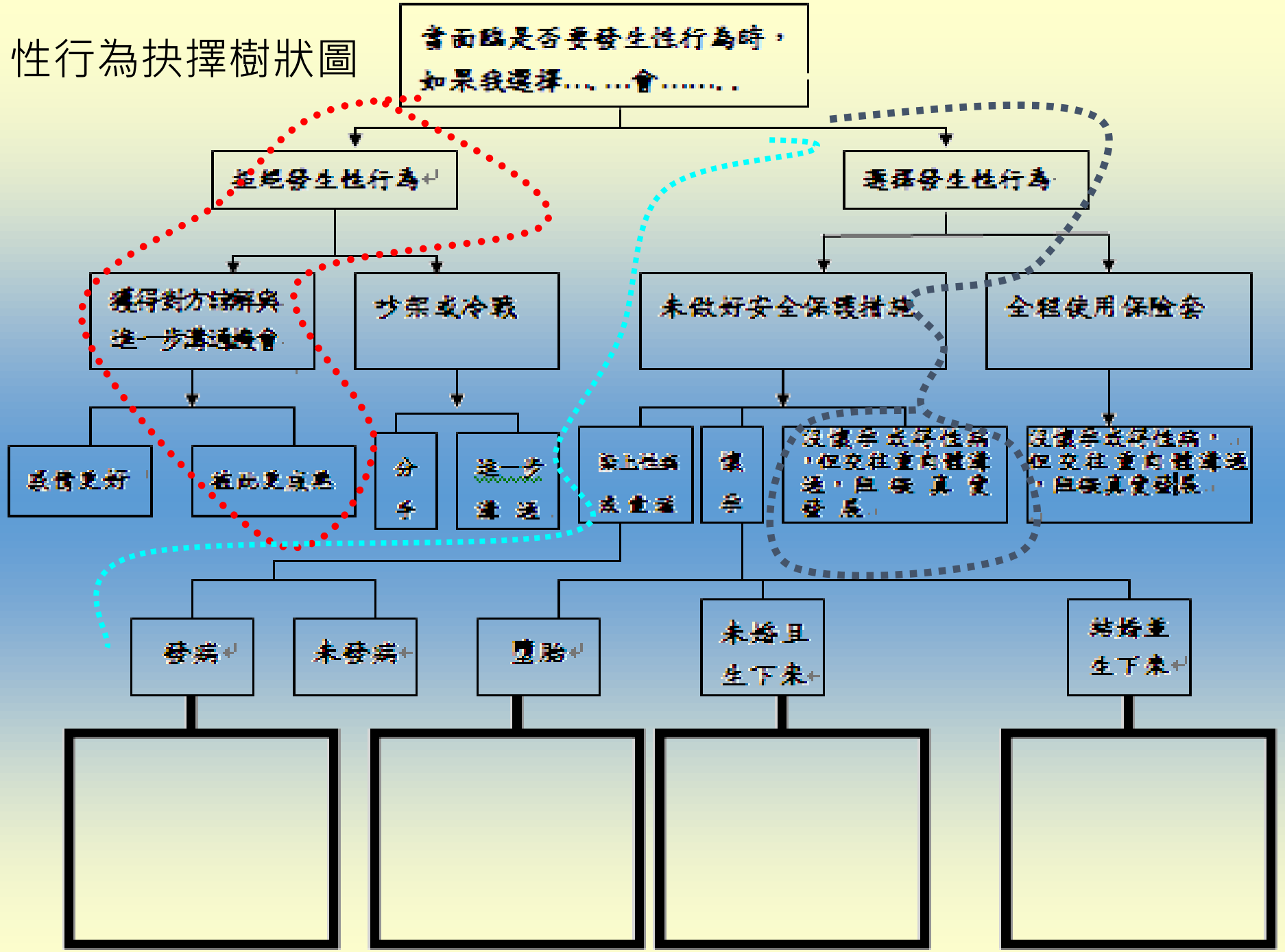
自我肯定的人，是能有效溝通的人:
溫和、清楚、堅定、開放。

請發揮你的「認知同理心」
青少年兩性交往，會想發生性行為的理由

會想發生性行為
的三點理由

不想發生性行為
的三點理由

性行為抉擇樹狀圖


當面臨是否要發生性行為時，
如果我選擇……會……
立即發生性行為
選擇發生性行為
獲得對方保證
進一步溝通機會
步步或冷戰
未做好安全保護措施
全程使用保險套
愛情更好
彼此更信任
分手
進一步溝通
發生性行為
但交往意向
堅定
沒發生性行為，
但交往意向
沒發生性行為，
但交往意向
但保真實
發病
未發病
墮胎
未婚且
生下來
結婚並
生下來


安全Sing行為
使用五步驟
1.撕
2.捏
3.套
4.取
5.丟
保險套是由乳膠製成，油性潤滑液容易導致保險套變質、破裂。
衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

課本沒教你的事

保險套也是會過期的

3要



要認明賣家



要檢驗合格



要注意成分

5不要



不要過期品



不要放皮夾
或高溫處



不要重複用



不要有裂縫



不要與油性
潤滑劑一起用

廣告

愛滋篩檢是防疫的重要武器

90 → 90 → 90

90%的感染者藉由**篩檢**知道病況

90%知病況者能按時**服用藥物**

90%的服藥者能成功**抑制病毒量**


可怕的是愛滋病毒
不是愛滋感染者

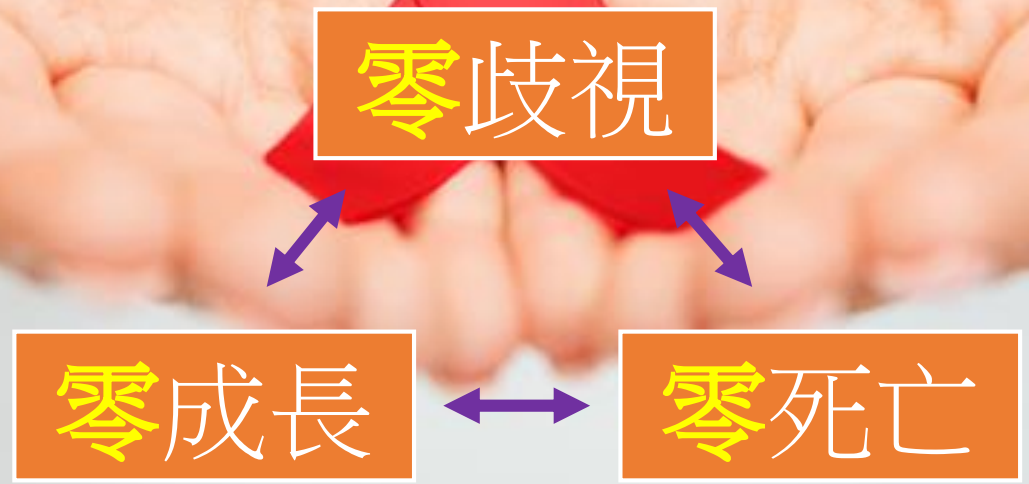
愛滋去污名化

每個人的一個善意的舉動

能形成一股社會暖流

鼓勵感染者勇於走出黑暗

接受篩檢、獲得治療



你有疑問 我解惑

◆青少年性教育諮詢專線

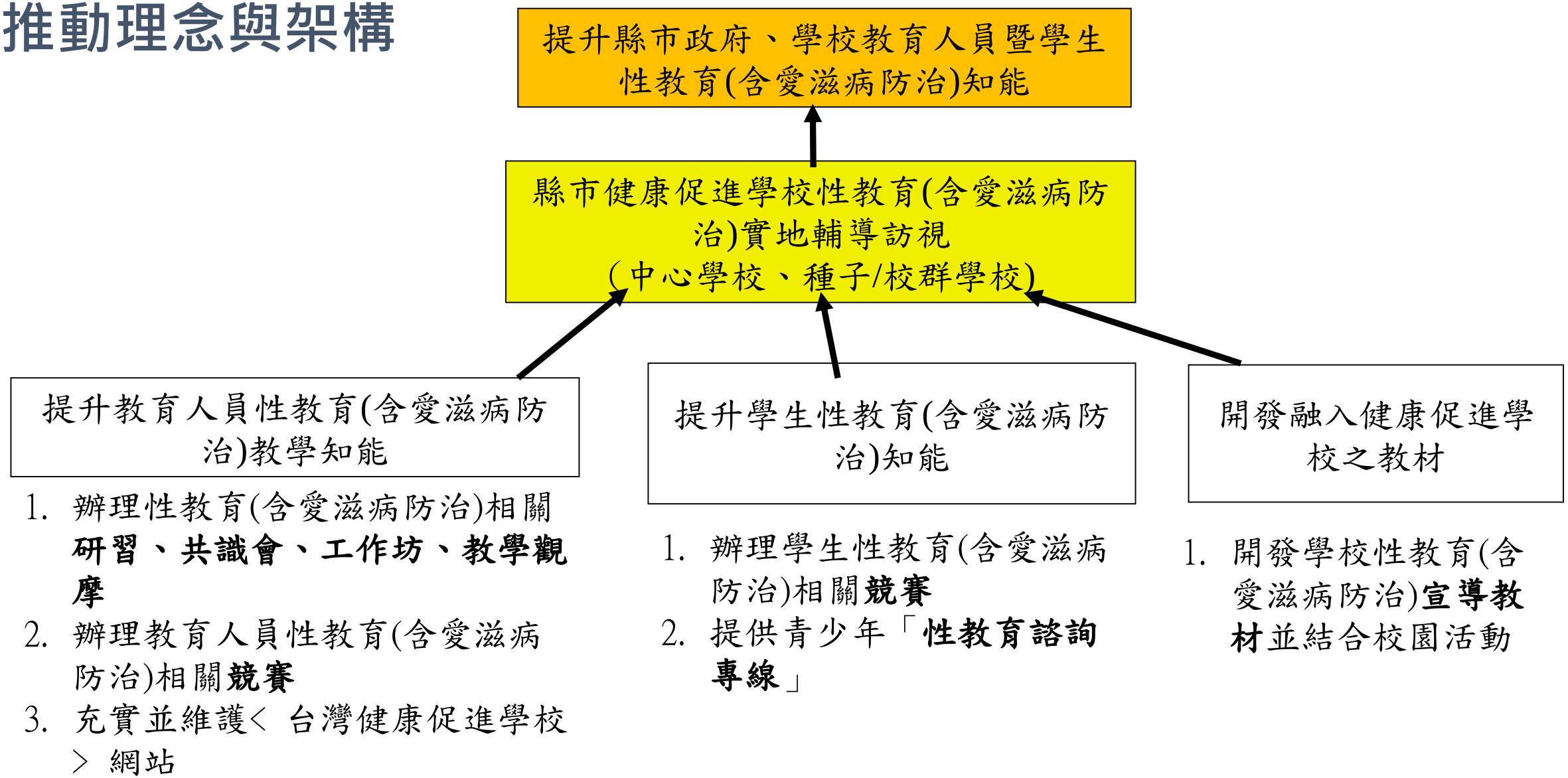
02-29104090

◆全國愛滋諮詢專線

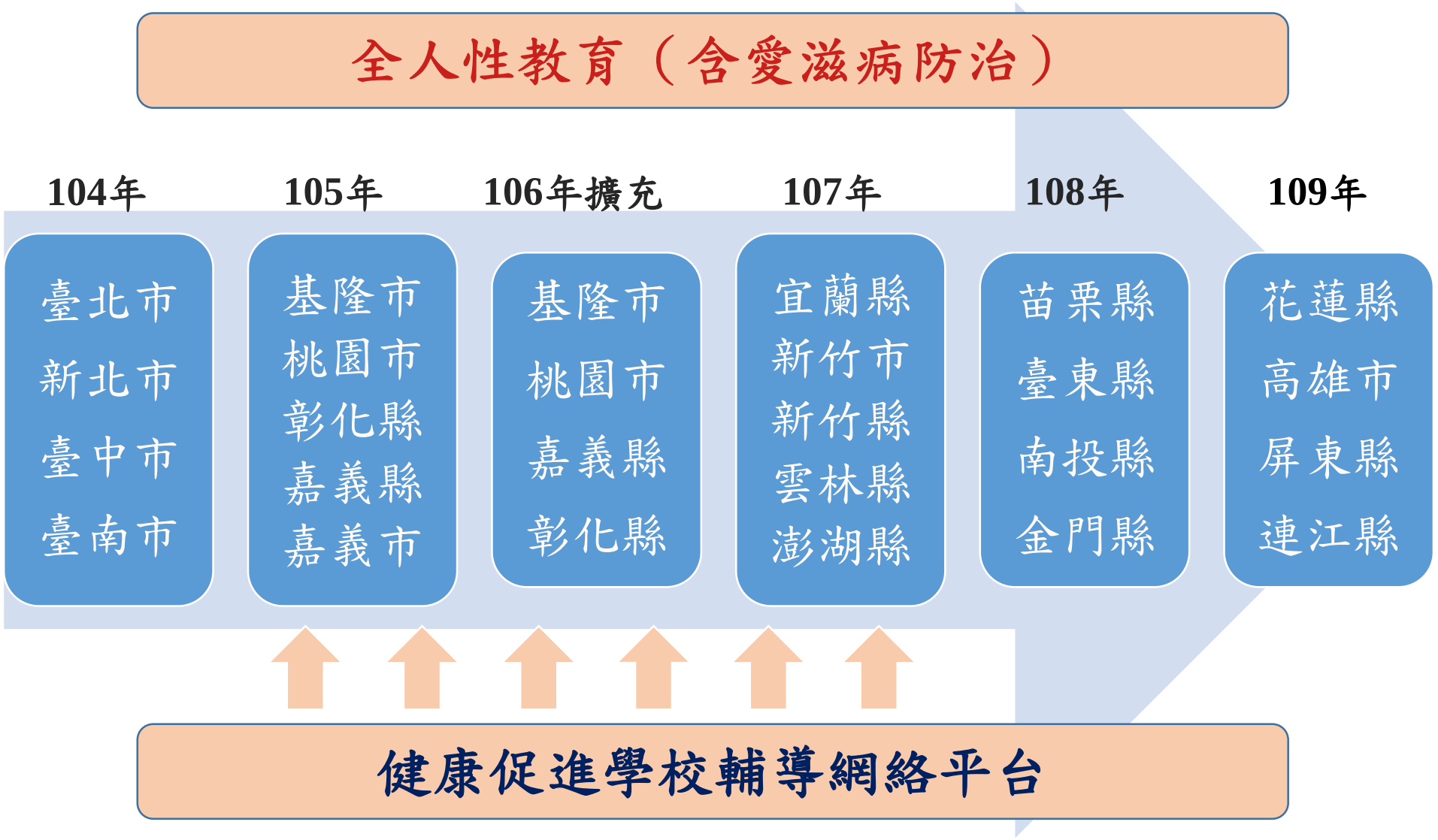
0800-888-995



校園性教育(含愛滋病防治)計畫
推動理念與架構



利用6年協助全國22縣市推動校園性教育

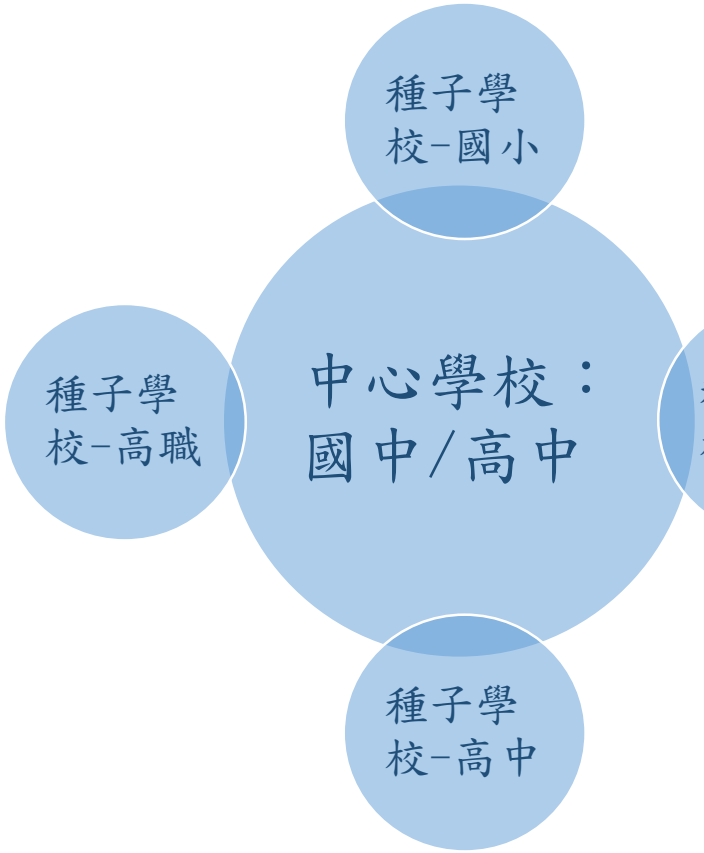


計畫推動期程

重點縣市之推動運作模式

縣市性教育(含愛滋病防治)推動小組
(縣市政府承辦單位主管、本計畫輔導訪視委員、縣市委員)

- 重點縣市增能共識研習
- 課程教學與自評表工作坊
- 實地輔導訪視
- 重點縣市教學觀摩
- 愛滋病防治師資成長研習



健康促進學校模式推動

- 納入行事曆
- **教師增能**
- **課程教學**
- **性教育週/學生活動**
- **親職講座**
- 社區夥伴關係

- 參加全國相關競賽
- 參加全國成果觀摩

前後測成效評量

過去重點縣市追蹤輔導訪視—
深化、擴大、增能

- **輔導訪視：**
- 既有校群：中心學校繼續帶領種子學校，深化與擴大推動
- 新校群：性教育理念增能演講、優良案例分享

- **前後測成效評量：**
- 對象：教育人員為主、學生為輔

109年度全國高級中等以下學校性教育（含愛滋病防治）「珍視自己，珍愛他人」微電影創作比賽

- 作品主題(可選擇單一主題或跨主題)

一、青春期的身心調適
二、健康的人際與親密關係
三、網路交友安全
四、愛滋防治



- **參加對象**

全國各公私立國小、國中、高中職在學學生。可組隊參加，每件作品**至多10名學生**參賽，不可跨校參賽。每件作品請**1至2名指導老師**指導，且需為現職任教之教師（含代理代課教師）。指導老師可以指導多個組隊學生參加比賽。**每校至多投稿五件**。

- **報名截止日期：110年4月12日**

性教育諮詢專線

- 【服務對象】

20歲以下青少年

或有青少年孩子的家長

- 【服務時間】

每週二18:00-21:00

每週六13:30-16:30

（每逢國定假日，專線不提供服務）



04

相關教學資源



1. 指標及測量工具
2. 增能/教學教材
3. 歷年績優推動案例
4. 線上課程

其他可使用之資源：

（一）學校性教育（含愛滋病防治）工作指引－103版
（二）愛滋病防治教學模組－國小、國中、高中職
（三）愛滋病防治宣導教材－國小、國高中、教育人員
（四）性教育優良教學方案競賽得獎作品
（五）青少年愛滋病防治教育教材資源彙整表（109年修改）
（六）全國微電影創作比賽作品

臺灣健康促進學校網頁 http://hps.hphe.ntnu.edu.tw/

103年編製之「校園性教育（含愛滋病防治）工作指引」

提供推動方法、案例與工具



請至「臺灣健康促進學校」網站下載

愛滋病防治宣導教材

For國小學生



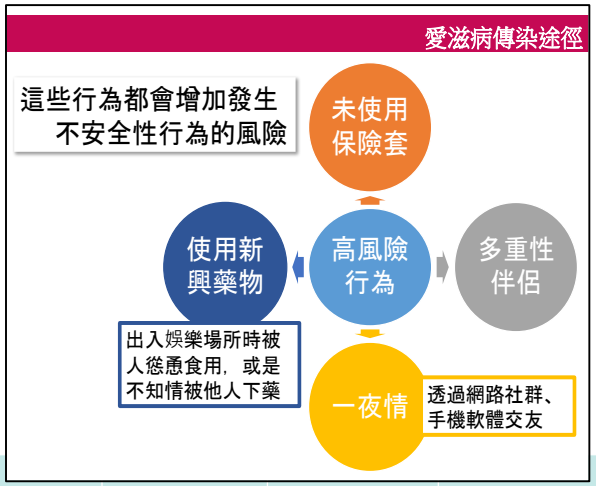
For國高中學生

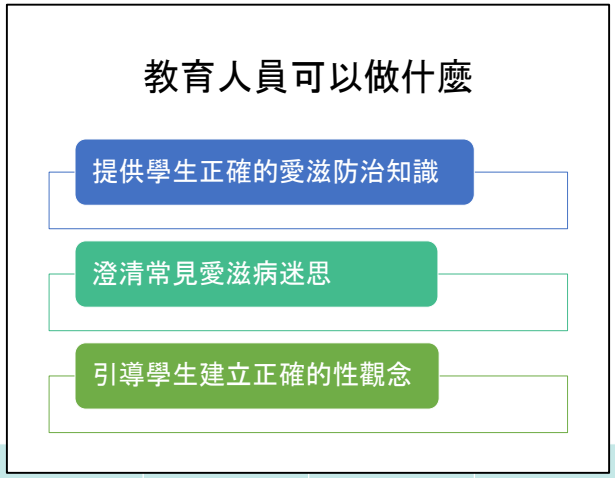


For教育人員









其他



《特別的愛，給特別的你》心智障礙者性健康教育家長手冊

邀請多位對心智障礙特殊教育以及性健康教育學有專精 的學者與現場教師成立編輯團隊，透過專家會議、編輯會議以及訪談心智障礙學生家長共同討論，並形成編輯共識。

可至國健署健康九九網站下載

Thank You!