

一、 摘要

青少年因為生理與心理的快速發展，相當嚮往成人世界，如大人可以談的「戀愛」，就是青少年關注的議題之一。

在生理上青少年受到性荷爾蒙分泌刺激，有較多的性衝動與性幻想，加之現代生活、媒體視覺上常具性暗示，青少年在極受這些感官刺激影響。然而性幻想過多會帶讓青少年對性、感情的想像脫離現實，未來恐增加與異性交往與調適的困難。另外，手淫也開始在青少年期出現，過去手淫被視為不道德的行為，如今社會已漸持中性的態度，認為手淫也可幫助青少年了解性器官、即早預防疾病。

約會與戀愛是青少年開始步入感情生活的第一步，好壞各有說法，都賽克認為過早的約會會減慢個人社會化的歷程、降低與同性同儕交往的機會；而青少年受限於心智年齡可能無法順利經營每段感情，過早的約會挫折，容易使感情流於膚淺，無法與他人建立穩定而長期的關係。目前學者認為青少年末期，身心接近成熟，較適合約會與戀愛，此外，國內外文化差異也影響青少年的約會戀愛發展。

青少年性發展中，婚前性行為的比例升高，且初次年齡越來越低，然而一旦產生性行為，後續發展也將複雜，未必是青少年身心能負擔的起的，如青少年性決定模式圖顯示若該女產生性行為，接二連三依序考量懷孕可能、生育控制與否、墮胎與否、是否合法、是否送養、結婚與否等問題，而以上還尚未考慮到該女的心理壓力對其生活的影響。由此可見，青少年為性發展時期，對性好奇卻普遍不具正確的性觀念，因而容易產生不良的性行為結果，影響未來發育及心理健康。

青少年生理發展中，女性開始有經期困擾、男性有性功能困擾，又有早熟晚熟的情況發生。青春女性多為月經前症候群，經期來潮前有乳房脹痛、腰酸背痛、腹部痙攣、情緒起伏大等症狀，經痛尤為常見。男性多誤解生殖器官大小關乎性功能狀況而感到焦慮，其實兩者並未有直接關係。

青少年發展因個人狀況不同，有早熟或晚熟的可能。早熟的男性在體型、力

量與肌肉發展會優於晚熟男性，因此較有助於自我概念的形成與良好的心理適應，晚熟男性則相反；早熟女性者則較容易受到同儕的取笑，即使有身心困擾也難有傾訴對象，因此較容易與年長異性來往，容易有性方面的問題，晚熟女性不如男性會受到他人取笑，較少帶來困擾。

二、心得

之前在四箴國中服務學習，遇到一位學生 B 有感情上的困擾，我平日沒怎麼跟他接觸，也是透過他朋友的簿子留言時才意外得知，便約了下課討論。我想學校所擔心兩性關係的不外乎兩個狀況：過早的性關係與學業成績，於是我跟 B 和他朋友們舉例我的戀愛故事、曉以大義男生不可靠的觀念，告訴他們有時候女生付出、犧牲太多卻是看錯人，希望他們既然是真愛，就不用急，多一點了解、多一點自我保護，不要把身心都付光了。後來不出兩個月，B 果然告訴我對方已經不喜歡他了，除了安慰我也藉此證明這個年紀的男生不太懂感情的道理。所幸 B 似乎還過的不錯。

透過這件事，我發現學校雖一力避免兩性關係的發展，但效果不彰，如同書中所言，青少年本來就是開始對異性感興趣的年紀，如何抵擋？只是強硬的規定學生，學生不但不了解原因、還反而懼怕老師，導致後來釀禍了學校卻還被瞞在鼓裡的狀況。若要真的幫助學生，應該先引導學生健康的兩性關係，不要擔心是否會變相鼓勵學生性行為，相反若等到讓學生學到偏門左道的性知識觀念，耽誤學生的兩性發展，我個人認為這才是本末倒置了。

再者，現在有很多學校極力避免兩性接觸，反而更加使異性學生心癢難耐，兩性議題本就是青少年的重要課題，揠苗助長反而使學生對兩性的態度更加曖昧好奇，一方面本末倒置，另一方面加深學生的錯誤兩性觀念，影響未來發展。而兩性教育不一定要當門課來上，可以融入在學科之中，如國文課多有關於愛情的文章，即可延伸出健康的兩性觀念，無形中幫助學生建利價值觀。