



國立臺東專科學校

# 國立臺東專科學校

## 高等教育深耕計畫

### 性別平等教育系列活動：男女大不同 活動成果報告書

子計畫名稱：A5 學生人格修養

承辦單位：學務處諮商輔導中心

活動日期：民國 107 年 03 月 07 日

活動地點：志清堂



## 目 錄

一、計畫目標說明 .....	1
二、執行情況 .....	1
三、成果說明與心得建議 .....	2
四、活動照片、海報與宣傳單 .....	4
五、簽到表及活動問卷調查表 .....	5



## 一、計畫目標說明

### 背景分析與活動目的

「為什麼男人不聽，女人不看地圖？」、「為什麼男人愛說謊，女人愛哭？」、「男生文科不好、女生數理不好？」，男女間的不同，是因為生理性別帶來一分為二的結果？還是其中有更多需要我們可以瞭解與學習的事物？

本宣導講座擬以兩性教育為出發點，指出男女生理與思考的異同，希望與會學生能瞭解兩性身心差異，培養性別敏感度，進而尊重兩性在溝通過程中平等的表達機會，促成良好關係的形成。

### 計劃目標

(一)量化績效指標：隨機抽樣活動平均滿意度70%。

(二)質化績效指標：參與學生能較正確理解接納兩性身心差異。



## 二、執行情況

配合週會時程辦理，內容如下



### 人生最重要的目的---追求幸福

哲學家----亞里斯多德

- (1) 物質方面：健康、財富、社會關係（人緣、地位、運氣等）、人際關係（朋友、伴侶、家人的連結）
- (2) 精神方面：
  - 1. 理智發展（追求真理—有學問、智慧）
  - 2. 德行發展和享受（讓人心安理得、享受真理）

### 愛情的內涵

1. 愛情是一種需要—覺察自己的孤獨
2. 愛情是一種能力—自知與知人（學習愛己、愛人的能力）

### 活在愛的秘訣

- 有效處理差異與衝突
- 刻意經營友情
- 發展健全真我

### 溝通是讓熱情長存的關鍵

- 相愛容易相處難
- 愛需要經營，滿足彼此的需求
- 打開心胸，再次感受愛
- 學習溝通技巧(愛情賀爾蒙)(期限?)
- 溝通不良影片

### 男女大不同

- 尊重彼此的不同,愛才有機會繁盛
- 男女天生不一樣—洪蘭
- 女生的大腦—圖
- 超女人大腦、超男人大腦—圖
- 比較男女的不同—影片



## 當”改善小姐“ 遇上 ”效率修理先生“

- 女人喜歡改造對方
- 男人喜歡解決問題

## 相同語言，不同意思



- 女生嘟嘴皺眉說「沒事」表示？
- 男生面無表情說「沒事」表示？

## 男女處理壓力大不同

男人需要洞穴  
女人渴望傾吐

男人需要獨處  
女人需要相處

## 傾聽秘訣

- 專心聽
- 不要發表意見、不要急著幫她解決問題
- 正面肯定與認同
- 案例

## 女人的愛情記分板

- 做大事，得高分嗎！？
- 女人6種愛的需求？
- 都想被呵護、關心、了解、尊重、認同、安慰，貼心小事體現關心
- 男人如何得高分？

給男士的一點建議：  
如何智慧存款，存進一百，讓女士感受到愛？

- 她受困擾時，專注聆聽，不要急著給建議。
- 多注意她的內在美與外在美，衷心讚賞。
- 常想到她，讓她知道她在你的思念之中。
- 常給她溫暖的擁抱。
- 常主動替她服務。
- 記得她的生日與重要節慶。
- 買她喜歡的溫馨小禮物。
- 請繼續加長這張清單。





## 男人的愛情記分板

- 男人7種愛的需求？
- 信任、接受、感激、讚美、肯定、鼓勵、被需要，而加分
- 女人如何得高分？

## 給女士的一點建議：

如何智慧存款，存進一百，讓男士感受到愛？

- ◎ 常注意到他的長處，多口頭讚揚。
- ◎ 多接納，少批評。注意到他的努力與進步之處。
- ◎ 想清楚自己各樣需求的優先次序，只挑最重要的請他做。
- ◎ 若他不反對，多陪他從事他有興趣的活動。
- ◎ 若他不反對，多親他、抱他，表達愛意。
- ◎ 「食療法」：多做他愛吃的，抓住他的胃，抓住他的心。

## 男女不同--愛的基本需求

- 1. 她需要關心，他需要信任
- 2. 她需要了解，他需要接受
- 3. 她需要尊重，他需要感激
- 4. 她需要寵愛，他需要讚美
- 5. 她需要認同，他需要肯定
- 6. 她需要安慰，他需要鼓勵
- 互惠原則---完成彼此需求，男女會表現最好的一面



## 7/38/55定律

- **7%** 取決於你真正談話的內容，
- **38%** 副語言(聲調高低,快慢,大小,抑揚頓挫),
- **55%** 非語言(面部表情,眼神,手腳,動作等肢體)
- 例：女生嘟嘴皺眉說「沒事」表示？
- 例：上台領獎...有人說：「你很了不起」

## 爭執的本質



- 爭贏？執著？
- 表達方式不同，情況更糟
- 女人—情緒化口氣、說明自己的想法、反應、和感受
- 男人—用冷漠平淡的口氣，急著解決問題
- 為什麼會吵更兇？『口氣』的影響勝於言詞

## 有心調整關係，有意學好溝通

- 學習好的說話習慣，從細微處改變
- 學習不打斷對方說話，而專心聆聽
- 當對方發牢騷時，適時給予感激的言詞
- 學習在「洞穴時間」時，告訴對方「可否另找一個合宜的時間再談」

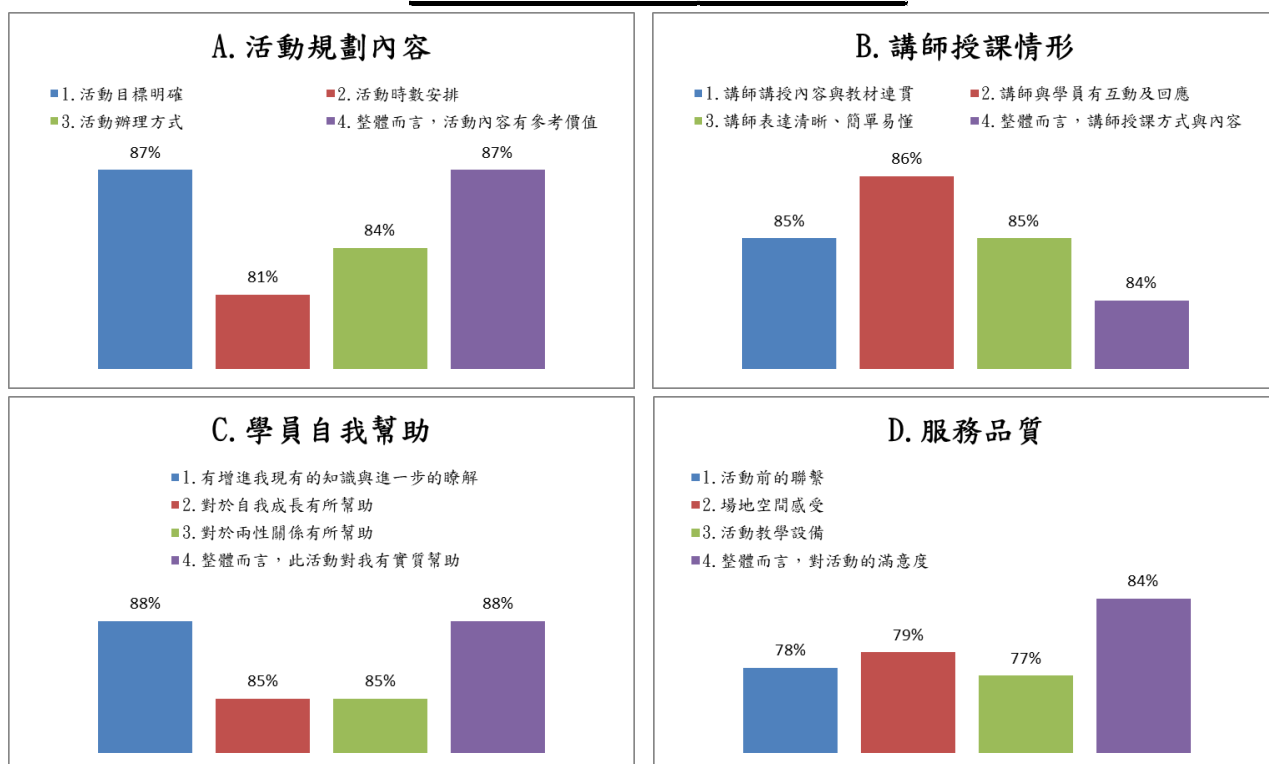




### 三、成果說明與心得建議

(一)量化績效指標：隨機抽樣活動平均滿意度70%。

學生整體滿意度	
A. 活動內容規劃	84.82%
B. 講師授課情形	85.00%
C. 學員自我幫助	86.43%
D. 服務品質	79.64%
平均滿意度	83.97%



(二)質化績效指標：參與學生能較正確理解接納兩性身心差異。

#### 活動意見或心得

很不錯！

覺得很充實，很有意義。

很棒

漲知識了。。





有些影片很有趣

利用老師對於男女的認知，讓同學們知道男生、女生心理的想法，也知道交往中的雙方對彼此的感受。獲益良多。

內容十分有趣。

教育的題材，一直是學生該關、注意，謝謝分享！

讓大家更進一步的了解男女之間如何相處，覺得很實用~~

活動有符合主題，讓我們更加了解。

我覺得這次的活動讓我收穫很多。

本次活動還不錯

很有趣，教會我們對的東西

整個活動濃縮很多原素在內，受益良多。

### 其他建議

時間太久了，影片和麥克風的聲音太大了

視頻聲意音量太大聲

冷氣可以開弱一點。

聲音有點太大

參與人次：學生983位 (設定指標，學生400人次)

活動滿意度：83.97% (設定指標，活動平均滿意度70%)

目標達成率：100 %



#### 四、活動照片、海報與宣傳單

	
活 動 照 片 說 明	活 動 照 片 說 明
	
活 動 照 片 說 明	活 動 照 片 說 明
	
活 動 照 片 說 明	活 動 照 片 說 明
	
活 動 照 片 說 明	活 動 照 片 說 明



## 五、(附件) 簽到表及活動問卷調查表



## 主題式班級輔導活動問卷調查表

親愛的同學您好：

首先感謝你參與本次活動，為了讓下一場活動更貼近及符合學生需求，期盼你能提出寶貴意見，協助填寫本問卷，作為未來辦理活動的改進方向與參考依據；本問卷採不記名方式，問卷分析結果僅用於未來辦理活動和製作成果報告，敬請安心填寫，再次感謝您的參與！

敬祝 平安順利

諮商輔導中心 敬上

---

一、基本資料

1. 性別：☐男 ☐女

2. 單位：☐建築科 ☐動力機械科 ☐食品科技科 ☐資訊管理科 ☐電機工程科 ☐文化创意設計科  
☐園藝景觀科 ☐餐旅管理科 ☐行銷與流通管理科 ☐其它：\_\_\_\_\_

---

二、活動內容（請依「5=非常同意、4=同意、3=無意見、2=不同意、1=非常不同意」意見勾選）

A. 活動內容規劃	非常同意(5)	同意(4)	無意見(3)	不同意(2)	非常不同意(1)
1. 活動目標明確					
2. 活動時數安排					
3. 活動辦理方式					
4. 整體而言，活動內容有參考價值					
B. 講師授課情形	非常同意(5)	同意(4)	無意見(3)	不同意(2)	非常不同意(1)
1. 講師講授內容與教材連貫					
2. 講師與學員有互動及回應					
3. 講師表達清晰、簡單易懂					
4. 整體而言，講師授課方式與內容					
C. 學員自我幫助	非常同意(5)	同意(4)	無意見(3)	不同意(2)	非常不同意(1)
1. 有增加進現有的性教育知識					
2. 對於自我成長有所幫助					
3. 對於尊重兩性有所幫助					
4. 整體而言，此活動對我有實質幫助					
D. 服務品質	非常同意(5)	同意(4)	普通(3)	不同意(2)	非常不同意(1)
1. 活動前的聯繫					
2. 場地空間感受					
3. 活動教學設備					
4. 整體而言，對活動的滿意度					



## 三、活動心得

## 四、其他建議

請您於活動結束後，將此份問卷交給工作人員，謝謝您的協助！