



兩性相處之道

港九潮洲公會中學
2009-3-31

Anna Ng
(吳海雅)

香港大學博士研究生 (PhD candidate, HKU)
註冊社工 (RSW)、
認可性治療師 (Certified sex therapist)



很想認識你們

- 你會拍拖嗎？
- 你同意結婚前做性交行為嗎？
- 你同意結婚前懷孕嗎？
- 你會結婚嗎？
- 你會生兒育女嗎？
- 你會愛嗎？

內容

- 我對中二同學的認識
 - 我的中二時代
 - 我的輔導個案
 - 我的研究個案
 - 愛情真化學
 - 我的一些想法
 - 你的想法？

我對中二同學的認識

- 家樓上的阿玲：愛情、愛書與媽媽
- 家樓下的阿珊：學校、家和媽媽
- 報紙上的少女：要唔要BB、做唔做媽媽

我的中二時代

- 小學五年級的情人節禮物
- 作文題目：中學生不應談戀愛
- 班長「愛上」班長
- 未發芽的愛
- 一生一世的愛？

我的輔導個案

- 阿志的苦惱
 - 一夫一妻好還是好多女友好？
- 海倫的苦惱
 - 與男友結婚還是要新刺激

我的研究個案

○ 卡拉與彼得

- 二十年婚姻沒有嘗試過性交
- 婚姻滿意度：9分
- 性生活滿意度：6-7分

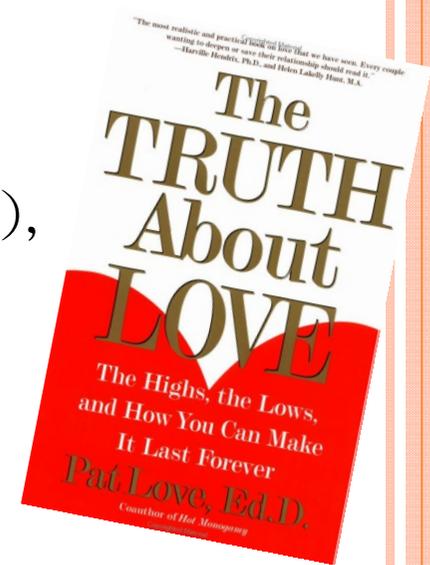
○ Mary and Paul

- 婚前不要性接觸，婚後慢慢學習性行為
- 婚姻滿意度：8.5至9分
- 性生活滿意度：6-7分

愛情的化學

○ Pat Love (2001)

- Love is a combination of chemistry(好有 feel),
- Compatibility (好啱 Key)
- Commitment (愛你天長地久)



○ 科學：「愛火」是化學的？

- 「愛火」雞尾酒：PEA, dopamine, norepinephrine



性是什麼？

愛的雞尾酒 (MICHAEL LIEBOWITZ IN PAT LOVE, 2002)

- PEA (苯基乙胺) (Love molecule)
- Dopamine (多巴胺)
- Norepinephrine (正腎上腺素)

The Bonding Glue

- Orgasm →
 - Oxytocin (催產素), Vasopressin (加壓素)
- Caressing →
 - Endorphin (腦內啡:腦分泌的具有鎮痛作用的氨基酸)



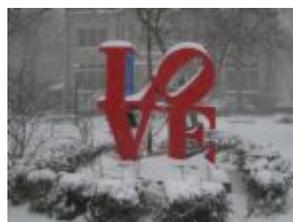
○ 上「愛火」的徵狀

- 開心積極正面：情人眼裏出西施
- 精力充沛：有愛情的滋潤，人都靚啲
- 食量減少，胃口減低：有情飲水飽
- 性欲增加：一日不見如隔三秋



○ 「愛火」的消退

- 在化學作用下，愛火自然地燃燒
- 愛的化學作用約在六個月後漸漸消退
- 戀愛約第二年開始，雙方便要在沒有化學作用的情況下，靠自己努力去燃點愛火
- 雙方的「真面目」此刻才更顯現



我的一些想法

- 性行為**不等於**性交
- 性交**不等於**愛

- 生殖的性(性交的重要) 與 親密的性(身心都重要)
- 性的科學(生兒育女) 與 性的藝術(自我表達)

- 愛的藝術(花一生也學不完)

你的想法？

- 你讚成婚前性交嗎？
- ？ ？ ？

2008 家庭研究發現

- 香港人對婚前性交的態度(2008)
 - 對有計劃結婚的男女：69%
 - 對有穩定關係的男女：50%
 - 對沒有穩定關係的男女14%

上床前高危徵兆

參考：何念慈著《十六歲後才上床》

- 環境高危：二人獨處一間房
- 經歷高危：男人扮可憐
- 氣氛高危：男人會導演上床前的浪漫感覺
- 說話高危：沒過去沒將來的美麗說話：我只愛你一個

Take home message



1. 愛火 ≠ 愛
2. 性交 ≠ 親密
3. 熱戀、迷戀是化學作用的效果
4. 大腦:最重要的性器官, 皮膚:最大的性器官
5. 愛和性都需要慢慢學習
6. 要花時間心機學習了解自己的身體
7. 及早了解性自我，以便教導未來伴侶你的身體及心靈需要，並學會用身體及心靈與對方溝通。

作為性治療師的建議

- 如果「性」不等於是性交，
而是關於自我身心靈的認識
則十六前歲前亦可以享受「性」
這包括認識及學習自己的性需要及心靈需要，
認識及學習如何用身心靈向他人表達自我
- 最好把性交留給穩定的愛人：
 - 若能留在婚後學，
 - 好處自然多蘿蘿。

參考書

- 唐君毅：《愛情之福音》
- Plato: *Symposium* 《饗宴》
- Eric Fromm: *The Art of Loving* 《愛的藝術》
- 《聖經》
- **Robert C. Solomon (2006), *About Love* 《關於愛》**
- **Pat Love(2001) : *The Truth about Love: The highs, the lows and how you can make it last forever* 《愛的真諦》**





謝各位！

多