



星沙基金會—高一貞愛課程

講者／星沙基金會 高榮孝老師

文／301 黃韻潔



「高中生適合談戀愛嗎？」這是相當常見的課題，許多家長擔心孩子會為了愛情而荒廢學業，甚至盲目地為愛不顧一切，因而禁止孩子談戀愛。但許多青少年總認為自己已經長大了，凡事可為自己作主，當家長越是反對，他們越是想要嘗試。因此，學校特別邀請星沙基金會講師——高榮孝老師，入班分享「貞愛課程」，引導學生省思在現今自由的社會風氣中，在感情上有智慧地「分辨」與「選擇」的重要性。



一、以正確的眼光看待愛情

107 林芷仔



上完這一系列的課程後，它讓我學到了對婚姻的「貞潔」，婚前不要有性行為，保護好自己的身體，勇敢說「不」。要在最神聖的那一刻，把自己當作最美好的禮物交給對方，也是對彼此的尊重，而且與別人亂性交，沒有固定的伴侶，你還有可能得到一堆性病或愛滋病。別為了一時的享樂，而壞了自己的終身，自己要為自己的人生負責，交往戀愛都可以，但是要有正確健康的觀念，謝謝老師辛苦的教導，教我們如何以正確的眼光看待愛情。

104 林湘莉

在這次的貞愛課程中，令我印象最深刻的是如何健康的談戀愛，像有幾次在電視新聞上看到所謂的「恐怖情人」，他們殺另一半的理由只是因為「我給了他（她）那麼多我的愛，為什麼我的回報不能得到同等的對待」。這讓我明白，在交往的過程中，有時候也要互相包容，就算分手了，我們也要祝他（她）幸福，而不是對他念念不忘，因為在念念不忘的時候，也許你就錯過了真正的愛情。



104 李彥輝

對於這四堂的貞愛課程，我覺得對「愛情」的認知很重要，因為錯誤的觀念容易使人做出錯誤的行為，甚至會傷害到他人，產生犯罪的結果。然而，我認為對「性」這個「名詞」也要有正確的想法，對於部分人而言，「性」只是種「娛樂的活動」或是「無聊的消遣」，但事實上，「性」不是個貶義的「動詞」，而是代表兩個人真摯愛情所做出的行為，是十分正向的、有意義的「名詞」。

二、保護自己，免於傷害

107 蔡心瑜

「貞愛密碼」令我印象最深刻，這堂課讓我了解到愛一個人不能愛到失去自我，強迫對方必須與自己同等的付出，是不健康的愛情，愛他就要懂得尊重他、包容對方的缺點。其實每堂課的內容息息相關，第一堂課告訴我們，家是我們的避風港，是我們的依靠。第二堂課告訴我們性與愛，我們要懂得保護自己，不要因為一時的慾望毀了自己的一生。第三堂課告訴我們有關性病的可怕，有些性病一旦得到，它就會跟著你一輩子，所以要發生性行為前，保護措施一定要做好。了解性與愛的關係、看重貞潔與婚姻的真義，才会有幸福人生。





112 施沛妤

我最印象深刻的是看到很多因為在不對的時機，從事不正當性行為，導致無法挽回的後果，可能是多了一個生命，或者得到可能致命的疾病，因而從此改變的人生，有的更悲慘地把自己的未來一起陪葬。所以，每當我只要想到那些當事人眼中流露出的悲傷絕望神情，和為了照顧孩子，必須放棄學業，放棄夢想的那種無奈、後悔的感覺，我就會告訴自己，我不要再步上他們的後塵。我要懂得理性地去愛我所愛的人，更要學會愛惜並尊重自己，這樣的愛才是健康、快樂、幸福的，和另一半也才能走得長久。

112 鄭耀斌

覺得這次聽完貞愛課程後，我學習到很多，尤其是性病這堂課，我覺得老師對每一種性病講解得很好，令我印象深刻。以前總覺得只要做好防護措施就不會得到性病，而且現在的醫療那麼發達，性病應該可以被治療好。但事實證明錯了！舉愛滋病為例，它的潛伏期可達十年之久，而且一旦病發了很恐怖，每天至少要吃好幾十顆的藥，還沒有病發前看起來就跟正常人一樣，但一旦發病後感覺生不如死，所以不要因為當下滿足而毀了自己的一輩子，要發生性行為時最好三思，以免留下終身的遺憾。

三、相互傾聽，尊重包容

106 簡志芳

剛開始的第一堂課，內容是談戀愛。在求學階段，一般長輩都不許我們與異性交往，但在這些課程中，講師讓我知道，不是不能去愛以及被愛，而是不能被愛所影響，要有正確的愛情觀念，選擇適合自己的另一半，互相尊重，就算彼此不能攜手一輩子，也要祝福彼此。在愛情中，也不可以失去「自我」。這是我覺得最受用，也是最重要的。如果對方連「自我」都不肯給你，那之後在一起，痛苦的一定會是自己。講師也有說：在愛情裡，會犧牲很多、失去很多，但有些是有額度的，沒了就沒了，之後後悔與難過會是自己，而不是他。所以要好好保護自己，維護自己的愛情。



106 陳亭妤

這次的課程讓我印象最深刻的是，情侶間的「尊重」和「貞潔」。雖然情侶間有親密行為理所當然，但並不是無時無刻都必須要這樣，如果兩方還沒結婚，還沒正式的要給對方一輩子，平常講的「我會永遠愛你」都是「屁」，更不該有性行為。此時男方應給女方應有的尊重，女方應保有女性的貞潔勇敢說不，這些小舉動當下可能會很痛苦，但卻能換來以後長久且彼此信任的幸福，以及避免不必要的後悔。

