

親密的性 智慧的愛

2

親密關係的建立

親密的關係，是其中的任何一方都不需要犧牲、違背自己或不敢發言；任一方都能以平等的態度來表現自己的強弱或優劣。

家庭治療大師莫瑞·包溫 (Murray Bowen)

身體界限

- 每個人的身體界限尺度均不同
- 身體界限會因對象、時間、性別及年齡的不同而改變
- 在未經你許可的條件下任何人都不得觸碰、或是侵犯你的身體

身體界限的層面

軀體界限

- 碰觸到對方不同意的身體範圍

聽力界限

- 開黃腔、性暗示、性別歧視語言

視覺界限

- 展示黃色圖片或不雅動作

嗅覺界限

- 製造二手煙就是侵犯到不吸煙者

空間界限

- 跟蹤、尾隨、站崗、強行進入住處

身體自主權受侵犯

- 受到威脅：別人未經許可侵犯私領域危及個人界限
- 涉及性騷擾或性侵害
 - 鹹豬手襲胸
 - 下體磨蹭
 - 直視胸部、隱私處
 - 強暴行為
- 當事人：「我為什麼會碰到這種事？為什麼是我？」
身體自主權的重要性被正視

心理界限

6

- 不應該被迫接受自己所厭
- 沒有誰屬於誰
- 沒有因為愛就要犧牲

<先知> 婚姻 - 紀伯倫

7

在你們的契合中保留些空隙吧！

讓天堂的風在你們之間舞動。

彼此相愛，但不要讓愛成為枷鎖；

讓愛像湧動的海水，在你們靈魂的兩岸間奔流。

盛滿彼此的杯盞，但不要只從一隻杯盞中取飲。

彼此給予麵包，但不分食同一條麵包。

一起歡歌曼舞，卻讓你們各有自我。

正如琴上的弦線，雖然它們在同一舞曲下顫動，卻是條條分離。

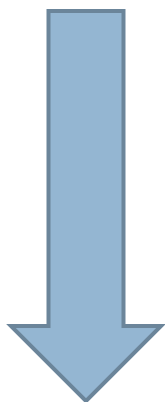
奉獻你們的心，但不交給彼此保管。

只有生命之手才能包容你們的心。

你們站立在一起，但不要靠得太近；因為廊柱分立才能撐起神殿，

橡樹和松柏也不在彼此的陰影下生長。

當界線被破壞了!



親密關係暴力

我們要學習如何辨別 -
對方是危險情人

危險情人

來源：<http://goo.gl/P7KYQX>

9

- < 警訊一 > 旋風般的激烈開端：
激情、熱烈的示好，並缺乏行為上、隱私方面等的尊重。
- < 警訊二 > 佔有欲：
個人的時間、空間、身體、人際關係等被操控，而且伴侶對自己太過在意，嫉妒如影隨形。
- < 警訊三 > 轉變：
有莫名其妙且激烈的情緒轉折，在行為上也起了截然不同的變化

危險情人

來源：<http://goo.gl/P7KYQX>

10

< 警訊四 > 怪罪：

許多雞毛蒜皮小事都被認為有錯，或者，發生在自己身上的挫折，也被規為是伴侶的錯，因而處處指責，甚至也不理會伴侶的身心痛苦。

< 警訊五 > 言語暴力：

輕視、貶損、潑冷水.....等，不但不會與伴侶共同解決問題，還會打擊對方。

< 警訊六 > 冷感：

忽視伴侶的苦痛與需求，不關心他人的福祉。

< 警訊七 > 過去和現在的暴行：

一些容易被忽略的行為，無論是伴侶曾經提及的或是目前正在進行的，都適足以成為施暴行為的蛛絲馬跡，例如激烈的嫉妒行為、踹人與丟東西、手足鬪牆、將人逼至牆角的威脅等等。

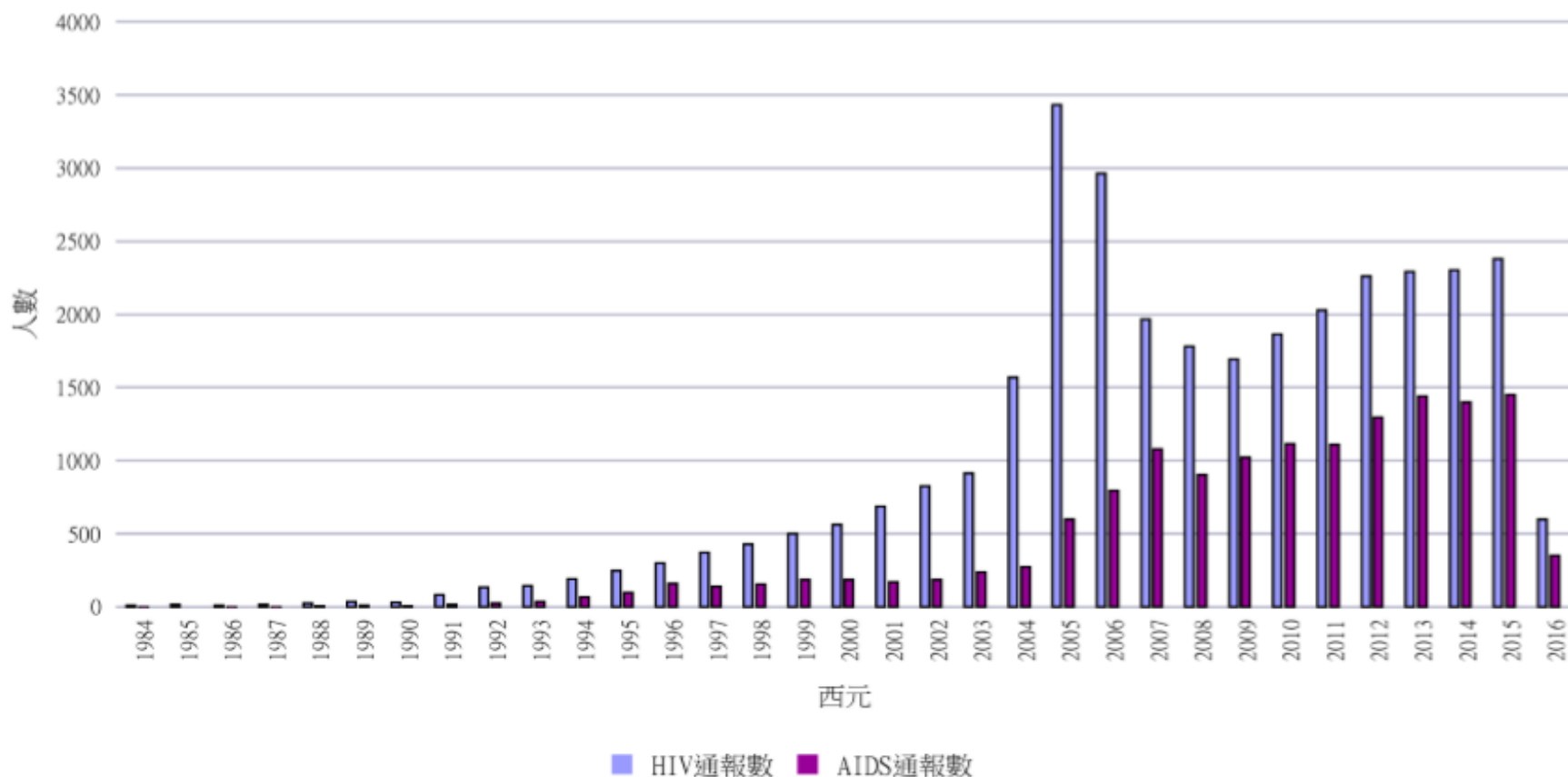
12

禁忌的話題 - 性

本國籍感染人類免疫缺乏病毒者統計表

13

本國籍感染人類免疫缺乏病毒者趨勢圖 1984年至2016年3月(依診斷日分析)



本國籍感染人類免疫缺乏病毒者統計表

14

HIV診斷年齡	感染者數				
	本月通報數(%)	本年個案數(%)	2015年個案數(%)	2014年個案數(%)	歷年累計個案數(%)
0-4	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (0.09%)	28 (0.09%)
5-14	0 (0%)	0 (0%)	1 (0.04%)	2 (0.09%)	27 (0.09%)
15-24	66 (33.5%)	190 (32.2%)	664 (28.53%)	658 (29.44%)	7,405 (23.42%)
25-34	77 (39.09%)	243 (41.19%)	983 (42.24%)	978 (43.76%)	13,587 (42.97%)
35-49	43 (21.83%)	122 (20.68%)	552 (23.72%)	480 (21.48%)	8,415 (26.61%)
50-64	9 (4.57%)	30 (5.08%)	105 (4.51%)	95 (4.25%)	1,767 (5.59%)
65以上	2 (1.02%)	5 (0.85%)	22 (0.95%)	20 (0.89%)	392 (1.24%)
總計	197 (100%)	590 (100%)	2,327 (100%)	2,235 (100%)	31,621 (100%)

我們如何認識愛滋？

價值澄清

16

- 有一個人經常發生性行為，但每次都有安全的措施
- 另一位，偶爾發生性行為，但經常沒有安全的措施

誰感染HIV的風險較高？

愛滋病與我有何關係？

17



什麼是愛滋病？

18

- 愛滋病(AIDS)又稱『後天免疫缺乏症候群』
- 此症是由一種反轉錄病毒(HIV，人類免疫缺乏病毒)所引起



愛滋病會讓身體哪一部分受到傷害？

19

- ▣ 感染愛滋病毒(HIV)並不會立刻死亡，而是會破壞人類的**免疫系統**
- ▣ 一旦免疫系統被破壞，身體抵抗力差，容易會有伺機性感染出現，如肺囊蟲肺炎、巨細胞病毒感染、黴菌感染、卡波西氏肉瘤...等

愛滋病毒潛藏人體位置？

20

- 含高濃度 HIV 病毒的體液
 - 血液、精液、前列腺液、陰道分泌液、母乳、含血液之其他體液
- 其他可能 HIV 病毒的體液
 - CSF(腦脊髓液); 關節腔液; 羊水
- 口水與眼淚中可以找到極微量的 HIV ，但至今未有因接觸此二者而感染 HIV 者
- 汗水中沒有找到過 HIV

症狀

病毒感染

急性感染期
(2-6週)

發燒、喉嚨疼痛、疲倦、胃口不佳、噁心、嘔吐、腹瀉、皮膚發疹、肌肉關節疼痛，只有一半的人會有症狀。

潛伏期
(5-15年)

當第一次急性症狀發生後，絕大多數的患者會有很長一段時間（約10年以上）沒有症狀。但愛滋病毒會持續破壞人體的免疫細胞。

發病期
(2-5年)

當免疫細胞降到200左右時，免疫系統的力量會微弱到無法對抗伺機性感染(如：口腔食道念珠菌感染、帶狀疱疹)，此期已進入發病期。

傳播HIV的高風險活動

- 有血液交換的活動，如共用針頭
- 懷孕、生產、哺乳由母體垂直感染
- 與感染HIV的人從事無保護措施的性行為

HIV 傳播條件

要發生HIV 傳播，要滿足QQR三種條件：

- 品質(Quality): HIV只能在體內存活，暴露於空氣即會快速死亡
- 數量(Quantity):含有足夠數量HIV，並能導致感染的體液包含: 血液、精液、陰道分泌物以及乳汁
- 傳播途徑(Route):體液跟體液間的接觸

皮膚可有效阻隔HIV病毒，但若有傷口且接觸上述所說之體液將會導致病毒經由傷口進入血管

愛滋病的治療

24

- 1996雞尾酒療法(抗愛滋病毒療法)引進台灣後，住院率、死亡率降低
- 「慢性病」—增進生活品質
- 目前台灣政府免費支付治療費用

事實VS 迷思



觸摸或握手

Handshake



擁抱或親吻



眼淚



在同一個游泳池



共用食物, 餐具, 杯子或書本



咳嗽或擤鼻涕

Coughing



由貓狗或其他動物

Animals



由蚊子或昆蟲

Insects

如何預防愛滋病感染？

- 避免有血液交換的活動
- 固定且單一性伴侶
- 安全性行為

何謂安全性行為

哪裡可以篩檢

- 衛生局所
- 指定醫院
- 基地協會
- 懷愛協會
- 露德協會

謝 謝

露德協會—台中辦公室

台中市綠川東街32號12樓之11

<http://lourdes.org.tw>

lourdes@ms42.hinet.net

電話 (04)22295550 傳真(04)222295607