

校園性侵害或性騷擾防治與輔導實務手冊

----身體活動指導篇

教育部編製

中華民國 九十八年一月

教學訓練與管理

師生進行身體活動或是指導的過程中，最易引起疑似性騷擾或性侵害事件的場景不外乎有教學、訓練、管理以及空間。以下針對此部份，就情境的說明釐清性騷擾或性侵害的可能爭議處，提供預防方法及因應之道，希望對擔任指導或管理角色者，未來面對相同情境時有更清楚的認知，避免師生雙方可能造成的不必要的傷害。



教學與訓練

以下針對身體活動指導者與學習者，在教學或是訓練的歷程中，就「肢體」、「言語」、「眼神表情」與「其他」四方面可能生的情境分別說明。

一、肢體

在一般課堂上的教學，教師比較不易與學生的身體相碰觸，因此在靜態的課堂中，比較容易判斷教師與學生的互動上是否構成性騷擾的舉動，例如：教師在課堂上或是在教室中，以近距離的與學生接觸或是耳語，甚至是搭肩或勾手等舉動，都是很容易去發現，且可以合理的懷疑該教師的行為以達到性騷擾的定義。但是在戶外的體育教學時，體育教師則有相當多的情況是必定會面對的，例如分析、講解或糾正動作時，教師為了讓學生更易體會而學得動作；或是動作練習上，預防可能會發生的危險或引起運動傷害時，教師必須得有肢體上的接觸，此時對於可能造成性騷擾的行為定義，就必須有加以釐清的必要。下面就常見的運動如游泳、田徑、體操、舞蹈及球類等五大項目在教學與訓練的指導上，或是在運動防護方面，或是在比賽、訓練期間，指導者對學生表現的獎勵或懲罰等經常會出現的情境加以說明。

游泳教學與訓練





圖一 體會腳打水的感覺



圖二 體會大腿擺動並糾正膝蓋彎曲的問題

能在水中如魚得水般地悠游，是許多人的夢想，也是老師希望學生能達到的境界，當然，身為教練者，更期望自己能訓練出另一個費爾普斯！因此，老師授課時，為協助學生體會肢體在水中的空間知覺，會透過不同方式，直接與學生有肢體上的接觸，例如，用手頂住學生腹部、大腿，讓學生身體浮出水面，使其充分體會腳打水的感覺（如圖一）；或是將身體緊靠著學生側方，使其體會大腿擺動並糾正膝蓋彎曲的問題（如圖二）；或是站在學生後方，抓其雙腳練習蛙泳夾水的動作與感覺（如圖三）；或是雙手抓著學生的腕部、肩膀，以穩住學生身體，使其體會在水中漂浮滑行的感覺（如圖四、圖五）……等，

而這些輔助動作是正確且必要的，但是

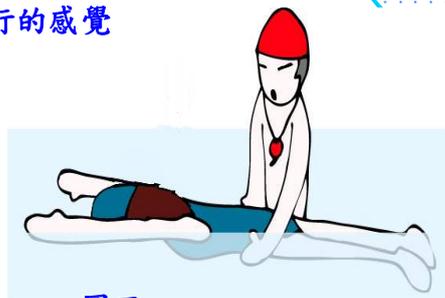


圖三 體會蛙泳夾水的動作



圖四

體會在水中漂浮滑行的感覺



圖五



但是當……

1. 輔助手的位置過於接近下體或胸部時。
2. 手的力量（施力的大小）或接觸的位置未固定，而有上下游移或出現撫摸、揉捏等動作時。
3. 因強調動作而在同一部位出現連續拍打或搓揉等動作時。
4. 指導者的身體過於貼近學生或是站的位置、示範的動作讓學生感到尷尬時。

皆會造成學生的困擾、不舒服並引發疑似性騷擾的爭議

游泳課的泳衣和一般體育服截然不同，學生會特別害羞與敏感，雖然肢體協助對於學生的學習絕對有相當大的幫助，但因幾乎是肌膚相親的情況下，為避免師生間的困擾，老師可以：

1. 事先告知與徵詢

教師除了事先的口語告知、徵詢意願外，亦應清楚而明確地告知身體碰觸的部位，讓師生間對即將發生的事有共同的認知。

2. 提高敏感度

當碰觸學生，學生出現遲疑或退縮的動作，或是有尷尬表情時，老師應即刻停止教學並詢問學生是否要繼續。

3. 修正教學方法

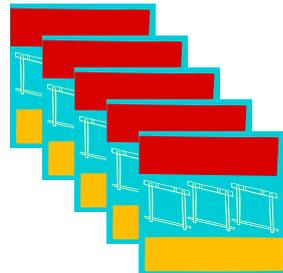
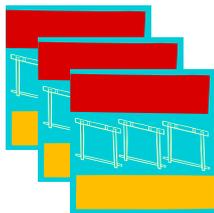
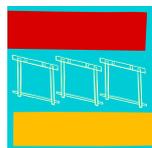
除了手掌之外，亦可用小手臂、小浮板來代替；或是改變扶持位置，例如小腿、腳踝等較不敏感處。

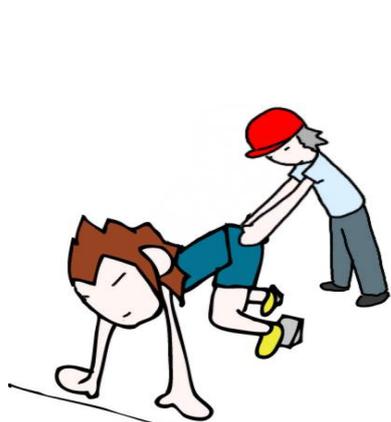
4. 同性或小老師

請學生一起示範動作時，儘量以同性為優先考量，若情況不允許（例如女老師教男生班），則可改為學生示範老師一旁指引。若糾正異性學生錯誤動作時，可請同性小老師協助。



田徑教學與訓練





圖一 強調臀部重心提高之正確起跑動作



圖二 強調大腿抬高高度以訓練腿肌力



圖三 增加前進阻力以體會腳推蹬之感覺

田徑運動是所有運動的基礎，其項目由人類跑、跳、擲三種最基本的身體動作所構成。從事田徑教學或訓練時，為了使學生能跑得快、跳得高、投得遠，雖然一些看似簡單的基本動作，指導者仍會要求學習者盡量能達到標準的要求。於是強調臀部重心提高的「起跑練習」（如圖一）、訓練大腿肌力的「抬腿跑」（如圖二）、田徑選手必學的基本功夫「腳推蹬」（如圖三）、有助於跑步速度的「擺臂姿勢」（如圖四）、起跑後為避免速度突降所強調的「重心壓低訓練」（如圖五）、跳高要能突破成績必須強調的「過竿挺腰」動作（如圖六）動作等，過程中或是為了糾正動作，使學習者對動作有所體會，期待學習達到最佳效率；或是為了保護，以避免學習者受傷，老師或教練會直接用手碰觸或環抱學生的髖部、胸肩處、手臂內側腋窩處大腿或、腰臀部等部位，



圖四 糾正擺臂的姿勢

而這些輔助動作是正確且必要的，

但是



圖五 起跑後重心壓低訓練



圖六 跳高過竿強調挺腰動作

但是當……

1. 輔助手的位置過於接近下體或胸部等敏感部位時。
2. 手接觸的位置未能固定，而有上下游移或出現撫摸、揉捏或摩擦等動作時。
3. 因強調動作而在同一部位出現連續拍打或搓揉等動作時。
4. 與學生間的距離太近，近到可以聽到彼此的呼吸聲時。

皆會造成學生的困擾、不舒服並引發疑似性騷擾的爭議

田徑課或校隊訓練，與學生肢體接觸的機會並不大，但是有時為強調肢體角度或基於安全上的保護，仍需透過協助以達有效教學或訓練之目的。因此，為避免師生間可能產生的困擾，仍需注意下列事項：

1. 事先告知與徵詢

教師除了事先的口語告知、徵詢意願外，亦應清楚而明確地告知身體碰觸的部位，讓師生間對即將發生的事有共同的認知。

2. 提高敏感度

當說明講解碰觸或靠近學生時，學生出現遲疑或退縮的動作，或是有尷尬表情時，老師可以在不動聲色情況下，拉開彼此間的距離。

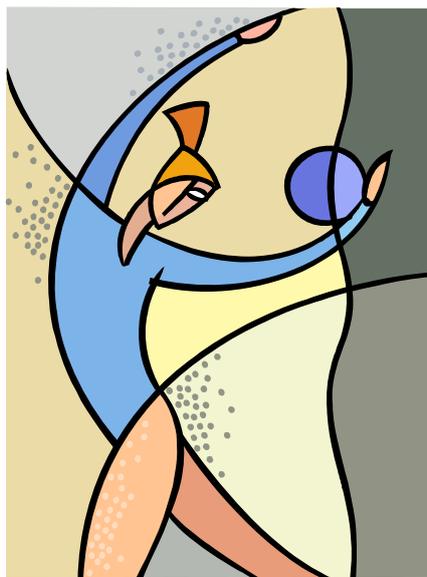
3. 善用輔助教具

除了手之外，亦可用毛巾、彈性帶、接力棒替代。

4. 同性或小老師

請學生一起示範動作時，儘量以同性為優先考量，若情況不允許（例如女老師教男生班），則可改為學生示範老師一旁指引。若糾正異性學生錯誤動作時，可請同性小老師協助。





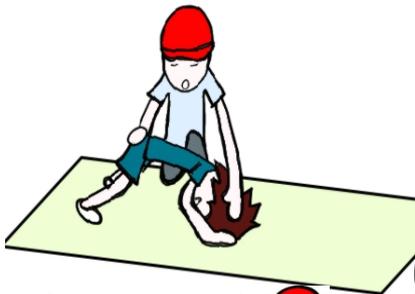
體操教學與體能遊戲



前滾翻的保護
與輔助動作



單槓保護與輔助動作



前滾翻糾正動作



後迴環輔助動作

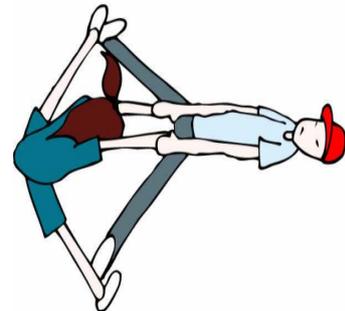
體操教學中最常實施的項目有地板、單槓與跳箱，由於項目的特殊性，實施過程中為了安全性的考量或是加強學生對動作施力點的感受力，老師必定會對學生施以保護或輔助動作。(如圖 3-1 至圖 3-4 所示)。相對地，在肢體上的接觸較之其它運動項目而言，比例高出很多，尤其是以重心—腰臀部位的位置。

在教學過程之外，為培養學生從事運動所需之身體能力，教師也會透過遊戲化的訓練方式，逐步建立學生的肌力與柔軟度(如圖 3-5 至圖 3-8 所示)。在兩人或多人互動過程中，肢體的接觸更是在所難免，而教師**這些輔助或保護動作以及活動設計的方式是正確且**

必需的，但是



遊戲化的肌力與柔軟度訓練



但是當……

1. 保護或輔助時，教師的手置於學生頸背處、臀部或髖腰處等較敏感位置時。
2. 手接觸的位置未能固定，而有上下游移或出現撫摸、揉捏或摩擦等動作時。
3. 與學生一起示範或從事活動之動作較易造成學生困擾、尷尬時。
4. 與學生間的距離太近，近到可以聽到彼此的呼吸聲時。

皆會造成學生的困擾、不舒服並引發疑似性騷擾的爭議

為了增進教學氣氛的活絡、強調動作的要領或是基於安全上的考量，必定會與學生有肢體上的接近或接觸，在各項體育教學中尤以體操教學或是互動式教學更是無法避免。以下事項若能確實考量，當可降低師生間可能產生的困擾：

1. 事先告知

對於必須進行的保護動作，教師應事先予以口語告知，同時清楚而明確地說出所碰觸的身體部位，以及保護的重要性，讓師生間對即將發生的事有共同的認知。

2. 提高敏感度

對於即將進行的動作型態，若需與學生一起示範時，需考量在姿勢上或動作方向上是否會造成學生的困擾？可從示範者或其他同學的反應中看出。

3. 改變接觸方式

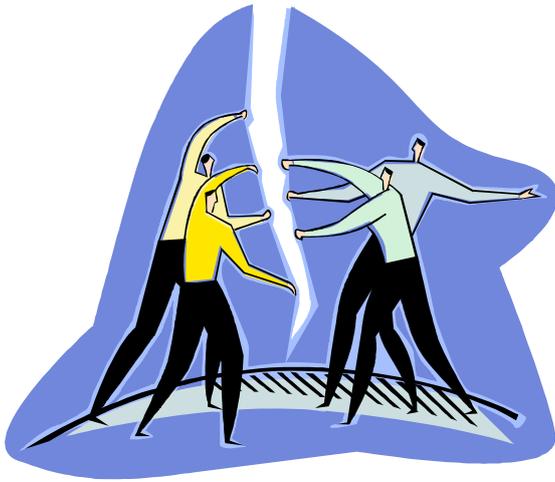
若學生反應不希望老師用手直接接觸肢體，但基於教學安全考量，可將手用毛巾或衣服包裹住，以間接方式替代，避免直接接觸。

4. 同性或小老師

請學生一起示範動作時，儘量以同性為優先考量，若情況不允許（例如女老師教男生班），則可改為學生示範老師一旁指引。若糾正異性學生錯誤動作時，可請同性小老師協助。



舞蹈教學與訓練





圖一 模仿遊戲
「行進間的火車」

圖二 土風舞
「互勾手跑步繞圈」



圖三 競技啦啦
「立股站姿」



圖四 創作性舞蹈
「點的接觸」



圖五 雙人舞
「閉式舞姿」

舞蹈教學的類型繁多，舉凡國小低年級的模仿遊戲、中年級開始的土風舞、創作性舞蹈，或是高中生、大學生喜愛的國際標準舞、瑜珈、啦啦舞，校隊或社團的競技啦啦隊等，不論哪一類型，在動作教學上均屬於近距離的肢體接觸，感覺上比較親密。尤其是兩人以上共同進行的教學活動，一定會與同伴（或舞伴）因為互動而有肢體上的接觸。例如模仿「行進間的火車」時的搭肩（如圖一）；土風舞教學時舞伴的「互勾手跑步繞圈」（如圖二）；啦啦舞或競技啦啦隊的「立股站姿」（如圖三）；創作舞蹈主題為「點的接觸」時，部位、關節的接觸（如圖四）以及雙人舞中常見的基本「舞姿」（如圖五）等。更不用說在教學過程中，為了使學生充分知覺身體在空間的正確姿勢、方位及體態，老師大部分會直接用手對學生的肢體進行動作的調整與修飾；或是和學生一起進行示範教學，讓學生能更快速清楚明瞭動作要領或是舞伴互動時的關係、位置，

而這些肢體上的碰觸在大部分的舞蹈教學過程中是必要的、且不可避免的，

但是



但是當……

1. 身體接觸的位置、肢體接觸的點未能固定，而有上下游移或摩擦等動作時。
2. 示範或糾正動作時，教師的姿勢讓學生感到尷尬，或是手過於接近學生肩部、腋窩處、臀腰處或下腹部等較敏感位置時。
3. 接觸時的力道不明確，出現類似撫摸或按揉等動作時。
4. 舞蹈動作中肢體間原應有的「空間」或「距離」消失時。

皆有可能引發學生不舒服或尷尬的感覺，進而引發疑似性騷擾的爭議

舞蹈的語言是動作，「身體」則是表達的工具。然而如何「操作」身體，做出正確的動作，對平時很少接受身體訓練的學生而言，是一項挑戰。指導者如何讓學生有「身體未受侵犯」的情況下達到有效教學，更是一項考驗。以下建議事項若能確實考量，當可避免師生間可能產生的困擾：

1. 事先提醒並說明動作目的

對於某些舞蹈姿勢必須進行糾正時，教師應先予以口語提示，若學生仍無法正確做出，則應清楚而明確地說出即將碰觸的身體部位，以及動作正確與否的重要性，讓師生間有共同的認知。

2. 提高敏感度

對於即將進行的動作型態，先仔細思考是否會給學生不雅的想像。若需與學生一起示範時，在姿勢上、位置上或彼此間相隔的距離上是否會造成學生的困擾或形成壓迫感，指導者應特別留意學生或示範者的身體或臉部表情所傳達的訊息。

3. 改變接觸方式

若學生反應不希望老師用手直接接觸肢體，但基於教學上的必要性，可將手用毛巾或衣服包裹住，或是用大拇指與食指就糾正部位快速指正。對於某些身體較敏感及特殊的部位，可採隔空不碰觸的方式，即以間接、極小的接觸面積替代直接、大面積的接觸。

4. 同性或小老師

請學生一起示範動作時，儘量以同性為優先考量，若情況不允許（例如女老師教男生班），則可改為學生示範老師一旁指引。若糾正異性學生錯誤動作時，可請同性小老師協助。





持拍項目的指導，以羽球為例。指導者握住學習者的手體會“瞬間揮拍”的感覺。



同樣是指導排球“低手接球”動作，右圖較易引起爭議！



球類教學活動之範疇，從球類遊戲乃至分類為各單項球類運動，無不深受學生的喜愛，也因此在各學習階段，教師教授球類運動的比例也相對較高。各項球類運動各有其特性與基本動作，肢體動作的方式也不盡相同，例如棒、壘、羽、桌、網球等需運用器械擊球；籃、足、手球等因攻防關係而會有近距離的身體接觸。為使學生習得「正確動作」，提升學習效果，指導者對基礎動作中的基本技術與身體動作，例如：手、腳或拍子擊球時的角度、力量、時間差與身體的動作；傳、接球時的預備姿勢、移動方式及與球的相對（位置）關係；團隊攻防活動時，如何閃躲、進攻才能騙過對手搶得先機；如何防得滴水不漏讓對手無法越雷池一步……等，均相當的重視與要求。因此，若學習者未能符合指導者的標準時，最常看到的場景是：老師直接用手去糾正學生的動作、握住學生的手或碰觸肢體讓學生體會動作的要領、老師或教練帶著學生一起互動或示範。

此時，肢體的碰觸在所難免，而這些基於專業的要求是正確且可貴的，

但是



近身攻防項目，以籃球為例。指導者為示範正確籃球防守動作，教導防守者如何阻止進攻者進攻，會將手碰觸學生的腰、臀部位。

但是當……

1. 糾正動作時，指導者未站在學習者的身旁修正動作，而站在其身後出現”環抱”的情況時。
2. 指導者的手接觸的點、位置未能固定或是力道不明確，而有滑動、摩擦或揉捏等動作時。
3. 因強調動作而在同一部位出現連續拍打（摸）或上下搓揉等動作時。
4. 示範攻防動作時，指導者身體過於貼近學生，或是多次接觸學生較為敏感的部位，例如胸、腰、臀、下體…等。

皆有可能引發學生不舒服或尷尬的感覺，造成疑似性騷擾的爭議

球類運動涵括的技術層面與動作要領相當多元，與其他運動項目最大的差異，在於活動進行時不僅要操控自己的身體，同時也要操控器具與球，有些球類甚至「比賽時允許與對方身體合法接觸」！至於如何指導學生協調地做出正確動作；如何拿捏“身體合法接觸”的精隨而不至於造成雙方的困擾，考驗指導者的教學技巧與能力。以下建議事項可提供參考：

1. 事先告知與徵詢

指導者除了事先的口語告知、徵詢意願外，亦應清楚而明確地告知身體碰觸的部位，讓師生間對即將發生的事有共同的認知。

2. 站前、停短、點小

「站前」：站在學生前面。意指當提示或糾正動作時，要站在學生前面或側面，千萬不要從後面做近身指導，否則會讓人有『熊抱』的錯覺。

「停短」：停留時間越短越好。意指先解說要領或指出錯誤處後，再進行必要性的肢體接觸，避免一邊解說同時手一直停留在學生身上，否則會產生撫摸的誤解。

「點小」：肢體接觸的面積要小。意指能用手指糾正時就不要用整個手掌，甚至，當能透過糾正器具（例如拍、棒等）即可達到學效果時，就儘量不要作肢體上的碰觸。





3. 提高敏感度

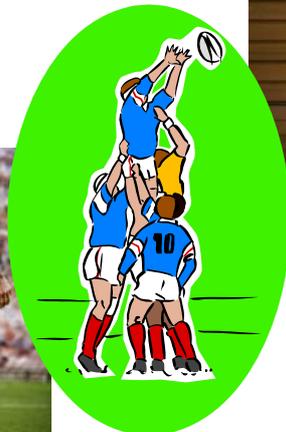
指導者示範動作時，避免做出自以為可和學生打成一片的不雅姿勢；若需與學生一起示範，在接觸部位上、姿勢上或位置上是否會造成學生的困擾，指導者留意示範者身體的反應（例如有退縮現象），或是其他學生的表情即可看出。

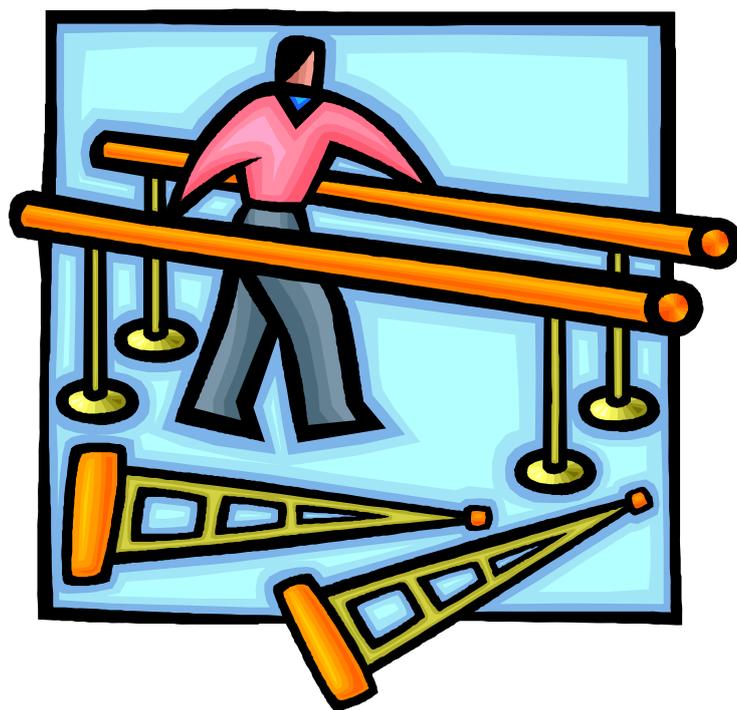
4. 掌握（預留）身體接觸的空間

很多人不僅對自己身體某些部位很敏感，相同地，對他人亦如是。不論在訓練（有選手表示，訓練”攻擊”項目時，教練會站在選手後方以防止選手後退，也因此常會碰觸到教練下體而感到極不舒服）或教學（諸如籃球、足球…等身體合法接觸的防守動作，雖然可以用身體阻擋，但不是所有的身體部位）時，指導者皆應掌握或預留某部份身體接觸的空間，應該保有的空間須特意保留。

5. 同性或小老師

請學生一起示範動作時，儘量以同性為優先考量，若情況不允許（例如女老師教男生班），則可改為學生示範老師一旁指引。若糾正異性學生錯誤動作時，可請同性小老師協助。





運動傷害的預防和復健





運動前確保身體的安全，
運動後身體疲勞的恢復以及
受傷後的保護與復健等運動傷
害防護的概念因為相當重要，
也因此已落實於各階段的健康
與體育教學課程中，以及培養
教練與選手有關這方面的知識

與實務能力。就教學部份而言，為使教學活潑、加強學生印象，教師會設計一些實務操作課程，例如傷者的搬運；在訓練方面，有為了預防選手在比賽或訓練時受傷或固定受傷的部位，替選手貼紮、穿戴護具；或是教練在選手比賽或訓練後，替選手按摩放鬆…等，**這些課程設計、預防或復健的動作**

或措施都是重要、必要且需要的，

但是



「運動傷害」對個人從事體育活動，或是選手運動生涯都是很嚴重的致命傷，隨著觀念的推展與落實，越來越多人已相當認同其重要性，然而也因此造成少數意圖不良者，假借保護之名行性侵害或性騷擾之實，嚴重破壞體育教師與教練的聲望與名譽。但不可否認，仍有多數教師或教練，本著專業的立場，不帶任何色彩，專注執行專業的工作與訓練，卻也因此忽略了學生的感受，引發學生不舒服或尷尬的感覺，造成彼此的困擾與爭議。我們不希望好的教師或教練們受此打擊而因噎廢食，提供以下幾點建議，或可避免無謂的情事發生：

1. 事先告知與徵詢並尊重

指導者對即將進行防護工作的身體部位，事先要清楚而明確地告知，並也預先告知可能會碰觸到的其他肢體部位。雖然此防護工作很重要，但仍要徵詢學生的意願，若學生也清楚表明不願意，指導者也必須尊重。

2. 於公開場所或有第三者在場時實施

進行貼紮與按摩等工作時，最好在公開場所實施，且除了指導者與當事人之外，至少一定要有第三者在場。但若貼紮時涉及學生私密處，必須於密閉空間進行，但一定要有其他同學陪伴，避免製造與學生獨處的機會。

3. 力道與時間的拿捏

不論貼紮、按摩或其他防護動作，指導者的手在選手身體停留的時間不宜過長，施力的力道要明確且一致，避免有類似撫摩或搓揉的錯覺。

4. 改變接觸方式

在比賽或練習後，教練常會給予適度的按摩來放鬆選手的肌肉，避免肌肉太過疲勞而造成運動傷害，此時教練大部份會直接用手接觸按摩的部位，教練可視選手不同狀況與需求，或是對於較為敏感的部位，可加以覆蓋毛巾或衣服，採間接接觸的方式進行。

5. 培育小助手

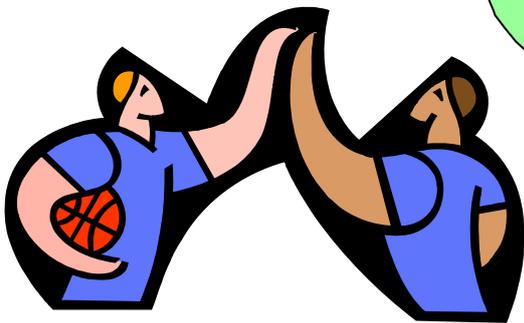
貼紮或按摩雖屬專業技術，但基於其必要性，平時教練可培養選手慢慢具備運動防護員的能力，可協助擔任小助手的腳色。以貼紮為例，對於較私密的部位，教練可透過口語指引，由選手自己或同性小助手協助完成防護工作。





以肢體動作來傳達適時的關心及鼓勵，有時是比言詞更為有效，但有些肢體的鼓勵及安慰方式並不適用於所有的場合或情境，也不一定適合每一個人。

擁抱、擊掌、摸頭、攬肩、拍臀……等友好的肢體動作，通常出現在選手或學生表現令人激賞時；或是比賽獲得勝利的那一歡樂時刻，指導者表達興奮之情；或是鼓勵、讚賞、給予學生肯定之時常見的情景。



臀及擁抱等動作在某些文化(如美國)及次文化(如籃球隊)情境中，或許是相當普遍而有效的鼓勵方式，但若教師不管所處的情境，逕自認為一體適用於不同情境及不同對象，是一種過度的擴張認知，教師在使用這類的激勵或鼓勵動作時，應特別考量到文化及學生個人特質，才能確實地預防類似性騷擾的爭議出現。

小小提醒：

1. 由學生主動，老師被動

即使和學生的感情「親密如家人」，任何親密的身體動作最好還是由學生自發性的主動做起，指導者僅扮演配合腳色。

2. 僅在公開場合

任何團隊中值得分享的榮耀僅在事件現場，不要私下慶祝。

3. 男女有別

在家中除非是從小養成的習慣，否則即使親如母子、父女，小孩也不見得習慣作出親密的肢體動作，更何況是師生。

4. 提高敏感度

不要以自己的經驗將所有鼓勵的動作都視為理所當然，即使相同的動作都可能有正負兩極的反應，更重要的是，不要演變成被鼓勵的同學反而成為同學的笑柄！





當學生不聽從指導、表現不如預期或是違反團隊規定時，在教室內、球場邊或選手休息區，常看到暴跳如雷的指導者對著學生破口大罵，或是出現打頭、踹人、打巴掌、擰耳朵等行為，甚至有捏大腿內側、拍捏男生的胸部、彈小鳥（生殖器）、捏腰臀……等碰觸學生身體較敏感、私密處的處罰動作時

，小心！以上的行為極可能已造成性騷擾的程度了！



為了給予學生適時的糾正與提醒，適切的處罰是必要的，但是對於碰觸學生身體的處罰應當盡量避免，尤其是學生身體較私密或敏感處，更應杜絕。因為這樣的方式不僅會造成選手內心的不舒服，且也可能因此嚴重傷害學生的心理！雖然指導者達到了處罰的目的，但也可能因為所碰觸的部位而引發爭議。

小小提醒：

1. 尊重學生的身體自主權

雖然指導者與學習者之間存在著師生的關係，有著權力上的差距，但學生也是獨立的個體，應給予尊重。

2. 選手不是教練的資產，不可隨意打罵

選手也是學生，仍在學習中，他是因為天份、興趣才加入這個團隊，其腳色是「隊上的一員」，而非「教練的選手」。

3. 非得動手不可嗎

在出手前，先冷靜一下，動手可以解決問題嗎？

只要動手一次，彼此的傷害與距離又更加深。或許可以改成適當的勞動服務或者體能的加強練習。





選手的真情告白

毛手毛腳、扶腰、拉著我的手做動作、刻意肢體接觸、按摩、教我扣球動作的時候，跟我十指相扣、摸手、糾正動作時沒有預先告知就碰我的身體(四肢除外)、碰觸身體、緊抓手臂、有關性的動作(隱射性涵義的姿勢或動作)、亂摸個人的敏感地方、教球時身體都靠在我身上、以下體抵住我的臀部限制我後退、從後環抱、……



以學生和選手為對象，經由開放式問卷

調查，歸納出學生在教學或是訓練的過程中，

最不喜歡指導者出現的肢體動作或行為有：



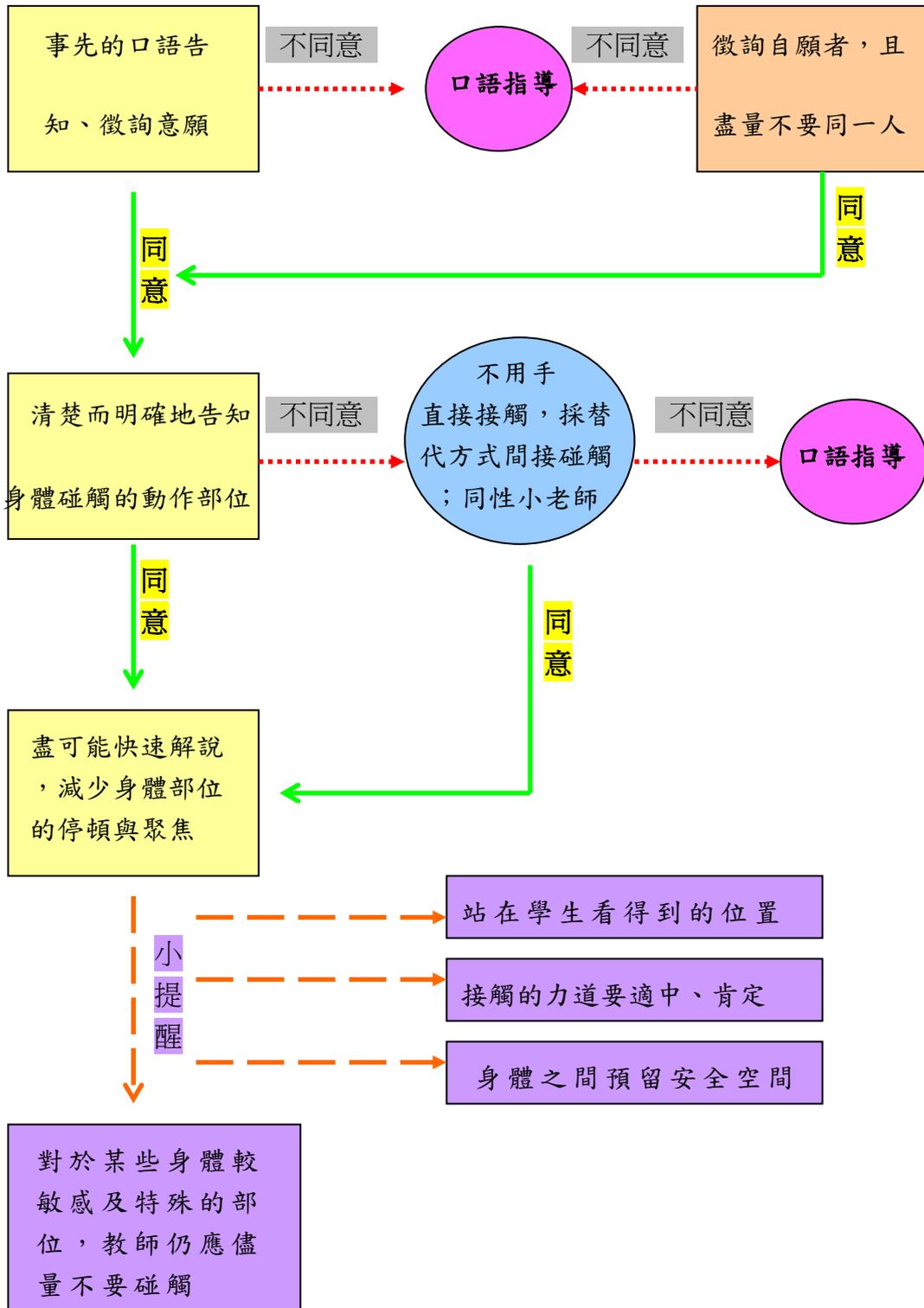
勾肩搭背、親吻、拍臀部、擁抱、環繞脖子、打胸口、

捏(摸)屁股、捏(摸)胸部、亂捏大腿內側、彈小鳥、捏乳頭、拿球拍打屁股和小腿……

從事教學或訓練時動作指導的 SOP 標準處理流程

個別動作指導

示範教學



二、言語

「語言」是人與人之間溝通的橋樑，使用得當，拉近彼此間的距離；使用不當或過當，逾越彼此間應有的禮節，不僅對彼此的關係產生反效果，嚴重時可能會造成心理上的傷害。校園裡，教師與學生對談時，用詞遣字應慎重篩選。畢竟，在權力關係中，教師應負有預防師生語言逾矩之完全責任。

用綽號或暱稱來拉近與學生的距離、消除隔閡、獲取認同與信賴



誠心地提醒您：

1. 水能載舟亦能覆舟。**綽號或暱稱的使用猶如雙面刃**，使用得宜對師生關係或教學氣氛會有所幫助，但若使用不當通常會帶給當事人不同程度的難堪、尷尬和挫折等傷害。
2. 盡可能避免幫學生取綽號，尤其是**依學生動作能力或運動表現所取的，帶有嘲諷、調侃等負面綽號，更應杜絕。**
3. 學生間常使用的慣用語及綽號並不見得適合使用於師生之間的對談。
4. **教師應具有明辨**該綽號或文字標記對學生本人代表的意義，或具察覺學生本人對這個綽號主觀感受**的高敏感度**，同時亦應注意使用時的時機。

利用講黃色笑話來提高學生的專注力、緩和或激勵學生的情緒



在教學或訓練的過程中，教師或教練經常爲了吸引學生的注意力或緩和當下氣氛或激勵學生的情緒，自以爲有幽默感的說一些有性暗示的笑話或言詞，如「男生要勤練腹肌，這樣在做愛做的事時，才能讓你的女朋友幸福喔！」；「女生如果要提臀、瘦腰就要多做這個動作，你看 X X X 的屁股那麼圓，一定常做類似的動作」。



誠心地提醒您：

1. 這種**涉及性的言語並不適合在教學或訓練的場合出現**，容易挑起異性尷尬的笑話，是不尊重異性的作法，亦容易引發爭議。
2. **幽默感一定要用黃色笑話來表示嗎？**黃色笑話僅是幽默的方式之一，並非所有的人皆能接受。黃色笑話好笑與否，應該考慮場合、內容，如果引起在場者的不安、尷尬或是不悅，講黃色笑話的行為就是性騷擾。



不要爲了想和學生打成一片，博取學生的認同或信賴，隨性地說一些逾越師生禮節的話詞，尤其當這些語詞具有性暗示的意味時，例如：「小美眉，今天穿無肩帶的胸罩，有特別的用途嗎？」「哦，X X X今天穿紅色的胸罩喔！」；「這件褲子（裙子）如果短一些會更迷人！」；「妳好像我之前的女朋友，我要是沒結婚就會愛上妳！」



誠心地提醒您：

1. 這類的話語不適合於師生的對談，同時亦引發教師**是否有其他意圖**的議論。
2. 教師在教學時及日常學校生活中與學生談話時，應**避免談話內容涉及性暗示**。
3. 和學生聊天論及雙方私人事務時，教師更應**注意個人使用的語彙和詞句**，以防止產生不必要的爭議。

不宜以物化、人身攻擊的言語或是與性器官有關的語彙來責罵選手



誠心地提醒您：

1. 切忌使用物化或人身攻擊的言語，與性器官有關的語彙更應杜絕！就性別平等的觀點，任何物化的言語都有可能構成性騷擾，理應避免。
2. 責罵對教學或訓練不但無加乘效果，反而易使學生身心受到嚴重傷害，有可能阻礙教學或訓練的成果，加深彼此間的鴻溝，引發不必要的爭議。
3. 沒有人想當老鼠屎！找出癥結強化學生技能，比無意義的怒罵更能提昇團隊士氣。



選手的真情告白



「黃色笑話」、「大姊大」
「評論身材」、「胸大無腦」、
「胸部夠大可以當安全氣囊唷!」、
「娘娘腔喔!」、「太胖跑不動」、
「你喜歡一夜情嗎?」

以學生
和選手為對
象，經由開放式
問卷調查，歸納出學
生在教學或是訓練的過程
中，**最不喜歡聽到的言語有：**

「被說是 gay」、
「你媽沒生小雞雞給你喔!」、
「用性器官來當某人的外號」、
「三字經」(台語)、「打手槍」、
有關性行為的言語

「犯賤」、「白痴人」、
「豬狗不如」、「你是豬阿!」、
「王八蛋，真是體育界的恥辱」、
「男女差別的話」、「破麻」(台語)
「人身攻擊」、「畜牲」



三、視線

體育、運動屬於動態性的課程，在教學、練習或是比賽過程中，某些身材壯碩、姣好或是較為豐滿的學生，動作肢體亦較容易引起側目，此時若指導者的眼光停留在特定學生身上，或是故意藉由互動、對談時，大飽眼福，就相當容易引起爭議，可能構成性騷擾的行為，這是身體活動指導者經常面對的情況，要謹慎面對。

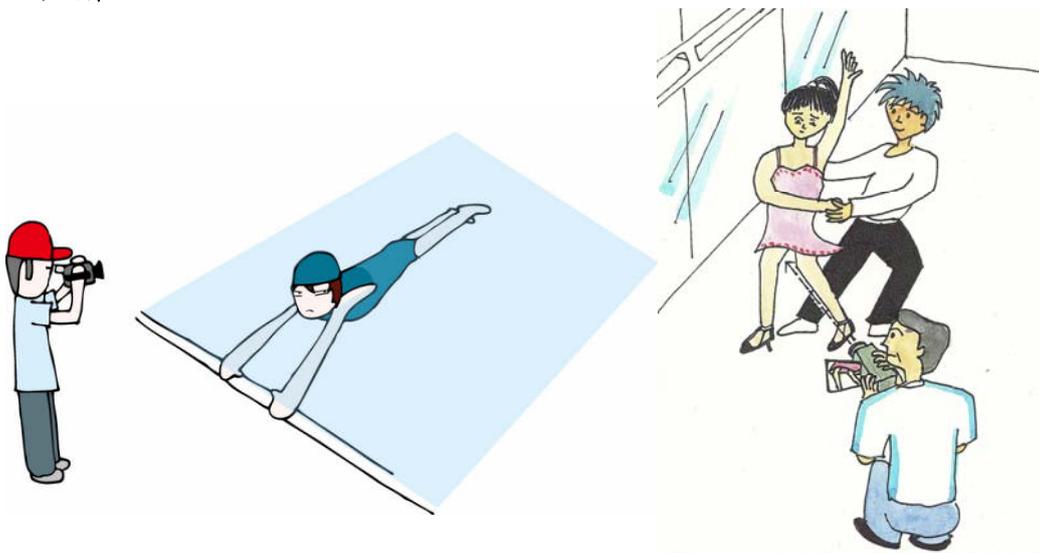


誠心地提醒您：

- 1.當您在觀察學生時，同樣地，學生也在觀察您！
- 2.挑選示範同學時多留意避免找領口太低者、胸部晃動會太大者、穿緊身束褲者……，免除可能產生的尷尬情事。
- 3.教學時本身視線管理亦應加強，避免教學時滲入與教學無關之念頭。最好事先思考自己視線應置放於何處較佳！
- 4.不論是不知不覺受其吸引，或是自己想要觀看，以指導者的角色而言，均應極力避免，尤其視線不應固定在某一人身上或身體的某一點上。



四、拍攝



誠心地提醒您：

1. 為教學需求而拍攝影片或相片前，教師必須**事先徵詢學生的意願**，對於不願意入鏡之學生，教師亦應予以尊重。
2. 雖然學生同意入鏡，但教師**對於拍攝目的和取鏡範圍也應事先說明清楚**。同時，在實地操作及**事後保持和使用該影像資料時**，亦應**取得學生的同意**才能避免爭議。
3. 拍攝過程中：(1)鏡頭盡量**對團體不對個人**；(2)盡量**不做局部特寫**；(3)若為了要抓取某部位動作的要點，而會針對學生身體做局部特寫的拍攝時，**停留的時間不宜太久**，以免造成學生的不安與反感。
4. 若未經同意逕自拍攝及做特定局部身體部位的特寫時，不僅侵犯學生隱私權，更具有某種程度的性指涉，是會有法律上的問題的。





誠心的小叮嚀



1. 老師在學生心中的形象，是由平時的言行舉止一點一滴累積而成的，如何建立專業的形象，平時的態度是相當重要的！



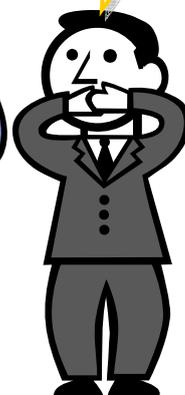
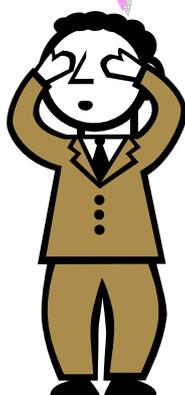
2. 用心經營師生關係之際，仍應保有適當的禮節，用詞遣字應慎重篩選，態度及行為本著不逾矩之最基本要求，亦即



非禮勿視

非禮勿動

非禮勿言



團隊管理

校園裡擔任身體活動指導者除了體育教師外，尚有與教師角色相近的運動性社團指導老師以及運動代表隊的教練，其中與學生相處時間最久、互動最頻繁者當屬教練，因此，舉凡課業上、感情上、學習上、經濟上甚至日常生活細瑣的問題一旦發生問題，選手第一時間幾乎都會去尋求教練的協助。除此之外，長期的訓練及比賽時所建立的特殊情感，亦使得教練與選手間有著別於一般師生的關係，教練在選手心目中所扮演的已不僅僅是訓練者、計畫者的角色，更是輔導者、照顧者以及管理者的角色，「教練」，在校隊整體的運作上佔有重要地位，選手對教練充分信任，是選手的重要關係人！

近年來，教練與選手間真實發生或疑似性騷擾及性侵害事件對體育運動界形象的傷害甚鉅，我們必須再次強調，對於少數害群之馬我們嚴厲同聲共譴，但有關性騷擾等相關議題的基本認知、態度及處理能力，身為校園身體活動指導者必須且必要具備。以下針對訓練期間及比賽期間生活上的管理，釐清幾個管理上教練對選手或是選手彼此之間常被忽略的性騷擾或性侵害的情境，期望能提高教練的敏感度並進而輔導選手建立正確的觀念，最後就管理上的預防對策提出建議。

一、訓練期間生活上的管理

(一) 規範學生禁止言語或態度上的暴力，尤其應避免針對某一生理性別或特徵，表現羞辱、貶抑及騷擾的言語或態度。

在校園裡經常不經意聽到有學生使用貶抑及輕蔑的字眼，或性別刻板印象評論其他同學：



或是針對某一生理性別或特徵，做羞辱及貶抑性等性歧視的言詞，以及帶有歧視意味的黃色笑話等，類似這些會造成當事人不安時，即已構成所謂的性騷擾：



焦興鎧（2003）的調查指出，在大專院校學生對學生間之性騷擾方面，據估計有近百分之七十至八十之女性大學生指出，至少經歷一次被男性同學負面對待而感覺不適之情況。



我們深信，即使在陽剛的運動情境中，給予相互的尊重既是必然也是必須的，不需透過粗魯的言詞，來突顯男性優勢、女性劣勢；更不應該針對某一生理性別或特徵，做羞辱及貶抑性的言語或態度，尤其時下具性意涵的肢體動作，如比中指或性交姿勢，經常發生於雙方相互挑釁的情況下！當出現上述的狀況時，**指導者應立即制止並適時給予學生再教育的機會。**

(二) 尊重個人的「身體自主權」

運動團隊好比是一個大家庭，教練是爸爸媽媽，隊員間是兄弟姐妹，朝夕相處之下，有時反而忽略應給予對方擁有「私領域的空間」。



我有話要說

- ▲在更衣室換衣服或洗澡時教練（或同學）都會偷看（偷窺）
- ▲我包著浴巾從浴室出來，突然看到教練，嚇了一大跳！
- ▲我還在洗澡浴簾就突然被掀開
- ▲沒有敲門，就直接闖進我們宿舍房間
- ▲我本來很放鬆地穿著睡衣（或輕薄衣褲）在房間休息，教練突然進來.....



雖然常打打鬧鬧，並不代表可以

隨意侵犯對方的身體.....

- ◎彼此嬉鬧時互摸身體敏感處
- ◎玩阿魯巴等碰觸生殖器之戲謔遊戲
- ◎訓練過程中男女隊員身體的接觸
- ◎訓練結束後隊員間彼此的運動按摩

1. 身體的接觸明顯比言語及態度，更易造成性騷擾事件的發生。
2. 敲一下門，不到五秒鐘，卻能展現您的誠意與尊重。
3. 不是每個人都喜歡或習慣肢體上的互動，危及個人尊嚴和身體自主權的行為及應制止。
4. 在運動的場域中，可能會在有意、無意的情況下，發生身體的接觸甚至衝撞，而這些都必需明確的加以規範。



誠心地建議與提醒

(三) 教育選手的「防範意識」

從國小階段開始，專長項目的運動代表隊為方便管理就讓選手集體住宿。訓練結束後，選手留在宿舍裡，有時教練並不一定會和選手一起住宿，為維護人身安全，提高警覺，平時教練可以：



- ◆加強灌輸選手「防人之心不可無」的觀念與防範意識。
- ◆制定校隊管理辦法或住宿規定。
- ◆不要有「選手之間不可能有所謂的性騷擾或性侵害」的迷思。當教練發現選手有異於平常表現時，應立即加以關懷與小心處理，絕不可以抱著息事寧人的心態！
- ◆絕不和選手獨處一室，若情況特殊，不得不時，也盡量在公共領域討論事情，或是打開房門與選手保持一定的距離，或是要求其他選手一起在場。

許多校隊的性騷擾或性侵害事件，最常發生在一人單獨行動或留宿時。有時候性騷擾或性侵害的重點不只是「性」，更在於「權力」關係的展現。通常發生在師長對學生、學長姊對學弟妹、以及男性對女性，有時同性間也有可能發生。因此，選手本身要培養危機意識，杜絕任何性騷擾或性侵害發生的機率：



- ◆舉凡上廁所、沐浴或離開團隊時至少要兩人同行。
- ◆不可以單獨一人留在宿舍裡，尤其是星期假日時，更應嚴禁一人獨處。
- ◆當有人假借職務之便，要求不合常理的行為時。例如脫衣服量體脂肪、抱學生說是幫忙量體重。
- ◆要求選手單獨赴會。例如到教練房間進行「一對一技術指導」、幫教練（學長姐）按摩、教練（學長姐）提供運動復健或按摩、到教練（學長姐）房間諮商或……。
- ◆非訓練時間假借各種名義外出。例如和教練開車外出兜風、慶功宴、喝酒、外宿……。



二、比賽期間生活上的管理

帶選手外出參加比賽是一項相當嚴肅且責任重大的工作，比賽期間維護選手安全應列為教練的首要之務。大部分的教練總是戰戰兢兢，但仍有極極少數教練或選手，趁著外出比賽仗著職務之便，遂行性騷擾或性侵害之實！因此，比賽期間因為出外比賽通常會住在旅館，此時發生性騷擾或性侵害的機率通常會比較高！，就學校管理者層面而言：

- ◆增加複式管理。不論是男教練帶女選手或是女教練帶男選手，都容易產生管理上的不便與盲點，為避免困擾，比賽時應該增加同性的管理人員隨行。
- ◆學校不能以經費短缺之理由安排男女同宿，即使隊上有男女朋友之關係也不可以，除了樹立正確風氣之外，亦可減少有心人士不良意圖的機會。
- ◆針對外出比賽另行訂定更嚴格的管理辦法，不論教練或選手，一旦發生有損校譽之情事，輕者記大過處分，重者以退聘或退學論。



出外比賽不是停止練習，而是一場更重要也更嚴格的「另類練習」！平時教練就應該教育選手正確出賽心態，就團隊成員而言：

- ◆要維持訓練時的水準，比賽時有好成績，一定要維持規律的作息。
- ◆加強門禁的安全與規定，所有團隊成員（包括教練）均要遵守。
- ◆比賽期間集體行動的機會比較少，一人獨處的機會比較大，更要提高警覺。

AM 01:26



- ◆不可藉機放鬆自己，出現夜歸、涉及不良場所或是酗酒等事件。
- ◆一位好的教練或是訓練有素的團隊，不會允許發生男女隊員及教練在飯店內飲酒、看A片等行為。

已經凌晨一點多了！
教練，不需要幫選手
蓋被子吧！



三、管理上的有效預防策略

性騷擾及性侵害事件的發生，它背後深藏的動機、過去的性史、家庭的狀況及學生的目的，都會與整起事件有所關聯，充分顯示了它的複雜性。因此性騷擾與性侵害的預防，不能只靠司法機關或學校機構，在事情未發生時，每個人必須有預防的責任。而接下要探討的重點，在於提出有效預防策略，讓老師及教練在面對問題時，能有更實際的想法與作為可供參考。

(一) 檢示自己性別意識的成見，培養對性別議題的敏銳度

管理者對性別意識的認知，影響對整起事件的看法與處裡，可透過以下方法來強化性別平權的觀念：

1. 參加相關訓練課程或多閱讀相關書籍，以強化本身對此類事件的認知與了解。
2. 當有人提醒你言行不當時，請立刻停止。
3. 避免在訓練活動或課堂中傷害女性，或剝奪他的學習機會和資源。
4. 傾聽女性的聲音，了解她們內心的想法與感受
5. 利用機會與學生們討論，性騷擾與性侵害所造成的傷害與防治之道。



(二) 訓練學生對自我身體的保護

每個人對自己的身體都有自主權，這種自我權的行使，有賴於當事人肯定自己的權力，當身體受到性騷擾或侵害時，才會主動的反擊；相反的，不能肯定自我身體價值者，雖不舒服、不喜歡加害者的行為，卻不敢或無力抗拒自己的負面



情緒。因此管理上應呼籲學生重視身體的自主權，能以肯定的語氣，表達自我的情緒與感受，勇於說「不」。

研究指出，任何年紀、職位、學歷、長相、社會背景的人都有可能成為性騷擾或性侵害的加害者。若碰到有如下特質或行為模式的人，建議走為上策：

1. 歧視女性而認為女性本來就應該順服，依賴他人
2. 喜用污蔑性言語評論異性的人。
3. 有太強烈的忌妒感或佔有慾。
4. 對女性表現敵意或粗暴的態度

(清華大學性別歧視及性侵犯防治與處理小組，2002)



(三) 增訂預防性騷擾及性侵害相關規定

校方除應制定反性別歧視、性騷擾與性侵害的政策、建立周延的申訴管道，並設立調查委員會或小組外，身為第一線的管理人員，應了解整個申訴的管道與流程，提供求助者及時及後續的協助，並在適當時機傳達給隊上的所有成員。

(四) 加強管理人員的性別教育



老師與教練往往是掌握較多權力的一方，權力關係是由上到下，因此更應注意彼此關係落差，遵守老師與學生、教練與選手間應有的分際。以下幾點是我們應對上須注意的地方：

1. 避免單獨找學生或選手會面或幫忙。
2. 在辦公時段，以預約方式討論或開會。
3. 在有他人或老師在場的時候處理與學生的爭議。
4. 會面場合選擇在公開場所。

(五) 給予加害者適當的教育或諮商

對加害者的懲罰通常只有暫時的遏止效果，再犯的可能性極高，身為管理者不僅要多加注意，更要給予加害者適當的矯治教育或諮商，才能矯正其不當的行為，遏止其再犯的可能。

(六) 在相關申訴及調查程序中，協助發掘真相及提供有效之解決之道

第一線管理者與加害者、受害者的關係，往往是最為密切，在參與申訴及調查程序中，能提供最確實的訊息，除此之外，應善加利用相關的網路機制，如兩性平等教育委員會、諮商輔導中心、教官…等，尋找最適當的解決之道。

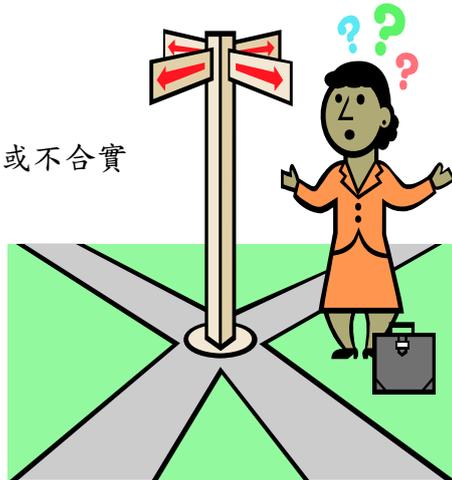
老師分辨學生的行為是故意的或不經意的，可由下列三個指標來判斷：

1. 當有師長、父母、其他成人在旁邊時，這種行為不會出現，但是當獨處或同學在一起時則毫無顧忌。
2. 問騷擾他人學生，如將這行為加諸於自己身上時是否願意？
3. 問騷擾他人的學生，可否願意讓自己的母親、姐妹或親人受到如此的對待？

(林燕卿，1998)

(七) 定期評量預防的成效

預防工作往往因時空的轉變，而流於形式或不合實際的需要，因此須定期進行評量。此外，應積極發掘問題之所在，及蒐集相關的資訊，作為防制措施的依據，以及修正相關辦法的參考。



四、結語

性別平權是觀念、是心態，更是日常的實踐，培養平權意識，最自然也最有效的方式，就是從日常生活的各層面著手，藉由法律及其他公權力介入，來解決校園性別爭議，絕非正本清源之良策，最重要的還是應在家庭、學校及社會教育上，及早培養兩性合諧相處、平等互重之觀念，才能使這類問題消弭於無形。

體育作為教育上的一環，並以身體的教育作為為前提下，在性別教育上應該佔有積極的地位，然而在傳統陽剛氣息充斥下，倒是成為凸顯男性優越的領域，面對時有所聞的性騷擾及性侵害事件，往往視為特例避而不談，自處於封閉的心態中，這都不是運動發展之福。身處當中的一份子，就更應有多一分的體認，運動既已是人類基本權力之一，當然是兩性共享的園地。