

CSHR

**Chinese Sexual
Health Research**

2013年06月
第三卷第一期
總期第五期



华人性健康研究

◆世界华人性学家协会主办



**World Association of
Chinese Sexologists**

2013

性聞
新知加拿大性愛科學展：性健康科普化
編輯室

004

性福
會客室男力與女勁
李瑩萱

008

研究
論文老年人的親密關係與幸福感之研究
許美秀

014

區域
發展幸福經濟、性福起飛 - 高雄市已婚市民性生活滿意度調查
高雄市性健康協會

028

裸體
樂活前進大馬 - 天體樂活之旅
周淑和

043



Chinese Sexual
Health Research

性別 身體	異性戀嘗菊花 蘇紀瑋	048
性別 情趣	相約到戶外做愛 Wonder口述 / 詢子採訪	050
文化 觀察	「國際陰陽人組織-中文版」中國現身之旅 丘愛芝	054
影音 世界	我的性愛六堂課 (My Awkward Sexual Adventure) 編輯室	060
徵稿 訊		064



發行人：吳敏倫
 顧問：吳敏倫、馬曉年
 主編：林宛瑾
 副主編：鐘濤、丘愛芝、李書崇、蘇紀瑋
 封面設計：黃燦
 版面編排&設計：蘇紀瑋
 出版：WACS系列雜誌社

華人性健康研究

2013.06

Chinese Sexual Health Research



世界華人性學家協會 主辦
 World Association of Chinese Sexologists



台灣 高雄市性健康協會 協辦
 Kaohsiung Sexual Health Association

編者 的話

戶外做愛有什麼稀奇？一對相差二十歲的夫妻，先生已經七十三歲，在聽眾面前侃侃而談尋找戶外做愛的地點，先生說了一句話：「人生真正醒著的時候只有十年，何不去作自己喜歡做的事情呢？」很多人在打拚了一輩子之後，決定做自己喜歡做的事情，如極限運動、環遊世界、濟弱扶貧、追求自我實現，將過去被經濟、家庭、工作所綑綁的自己解放出來，然而，在生命中，性愛的自我實現佔了多少比例？許多人一輩子也不敢跟枕邊人要求一個自己喜歡的性姿勢、參與一個從未參加過的性活動、更換做愛的場所和時間、嘗試新的性輔助品，尤其對於老年人的性而言，這群人在社會上幾乎被認為「休兵」狀態，怎麼能再重燃愛火？

在茫茫人海中找到培養、共享同樣「性趣」的伴侶也著實不容易，雖然不是每對年長的伴侶都能「真槍實彈」演出，但是親密的擁抱、牽手、撫摸和接吻，對於伴侶之間的親密卻非常有幫助。在電影《我的性愛六堂課》裡，笨手笨腳的男朋友因為性技巧太差而被女友甩了，誤打誤撞的從脫衣舞孀身上學到如何讓「愛的行動」更精進，在現實生活中，伴侶正是我們的性愛導師，無論這個人是你的婚姻伴侶、親密愛人、炮友（純性對象）、或是性交易的對象，在每一個肢體接觸的分分秒秒，都是一趟自我發現的旅程，請抱持著謙卑的態度，也許你曾經吼過某個床伴直接或間接他/她處於壓抑、冷感或受到驚嚇、焦慮恐懼的狀態；也許你曾經嘲笑過你的床伴技巧很差；也許你曾經冷冷撥開床伴的手、推開他/她的身體，請記住，一剎那兩個人的距離就這麼被拉遠了，試著好好體會彼此身體和性器官相融的感覺，也許你會突然感受到愛的真實樣貌。

華人性健康研究主編

林宛瑾

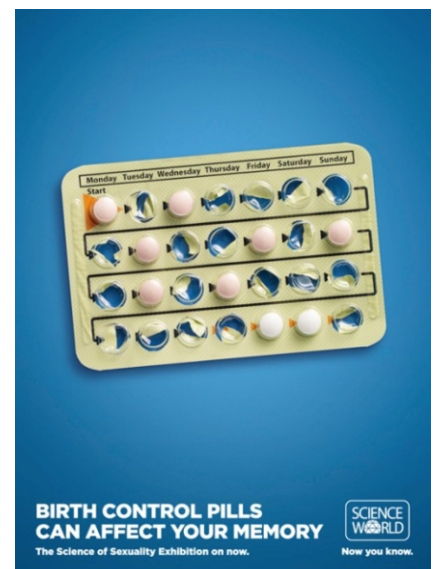
性聞
新知

加拿大性愛科學展： 性健康科普化



加拿大溫哥華在2013年5月至9月，開展了一場「性的科學」展（The Science of Sexuality），為了讓大眾，尤其是青少年瞭解一個人的性發展歷程，其中透過互動遊戲、展版、教育展示品等各項物品營造讓「性科學普及化」的環境，參展的年齡則不若一般的成人展，主要焦點鎖定於12歲以上的青少年男女。

「性的科學」展覽，宣傳海報卻不被允許在溫哥華地區的公車站張貼，其中被核准張貼的海報標語為：「避孕藥會影響你的記憶力」，另外兩張海報則因為廣告標語和內容被認為「太過煽情」而禁止張貼，其中一張的標語是：「射精可以抵抗感冒」，呈現了一盒面紙，以及面紙盒旁散落著被揉過的面紙團。第二張海報則是呈現一男一女的雙腳交疊在病床上，在下方的人雙腳還打著石膏，這幅廣告的標語是「高潮會殺死疼痛」，兩幅海報雖然被禁止，但主辦方「科學世界」卻認為廣告被禁止，反而增加展覽的曝光度。





這一場「性的科學」展覽，原創由蒙特婁科學中心的展覽——「性：一場全都露展覽」（Sex: A Tell-All Exhibition），起源於科學中心瞭解到青少年對性總有千百萬個好奇與疑問，於是以一個健康、肯定、自然與尊重的態度將「性」的一切告訴年輕人（還有看起來還沒那麼年輕的成年人），這項展覽的發想與構思，來自於許多性學家、醫師與科學家、實務專家、家長甚至是青少年，展區共規劃為五個區域，參觀的民眾可以在50個互動的遊戲、影像、多媒體當中找到超過100個基本的性教育常識。

這五個展區分別是：

一、我從哪裡來

簡介「我從哪裡來」，特別的是展區設計為一個大的子宮，在電腦影像和胎兒故事的引領下，青少年得以瞭解胚胎在子宮內生長的情況。

二、我

展區完全以「我」為主體，因此除了告知我從哪裡來，也將「性」是一個人生下來就具有的議題開始談起，在其中人們學到如何愛人，以及如何建立自我認同和身體形象。一切都為「我」準備好和「另一個人」相遇。這個區域還呈現了青春期的發展，以及如何和青春期的身體「相處」，對於性傾向的認同等議題。



三、我和你

當到了青春期，身體會充滿了一股奇異的能量，這個生物本能驅使我感覺到慾望，還有填滿著強烈的情緒。這時候將開啟一個新的經驗，分享性的愉悅。這個展區介紹了男女如何用非口語和彼此互動，為何「愛撫」會讓人顫抖，以及身體在性行為當中會產生的四個性反應階段（興奮期、平台期、高潮期與消退期），展區中除了多媒體也包含不同年齡層的訪談錄音。

四、我和他人

這個展區呈現了不同的避孕方式和方法，讓青少年瞭解最適合自己的避孕方式。另外也呈現和性活動相關的法律常識，其中也邀請觀賞者將媒體中常見「性化」的廣告上傳到網站，針對於公共場合的「性慾化」，觀賞者可以隨時在線上論壇發表自己的聲音。

五、我的觀點：

在展區的最後，主辦單位也邀請參觀者將「性對我而言是什麼」的想法寫下來，是源自於充實、焦慮、愉悅、孤單、創意或無聊，自己如何表達、經驗以及分享自己的「性」？只有自己能回答這些問題。



性學如何「寓教於樂」與「深入淺出」

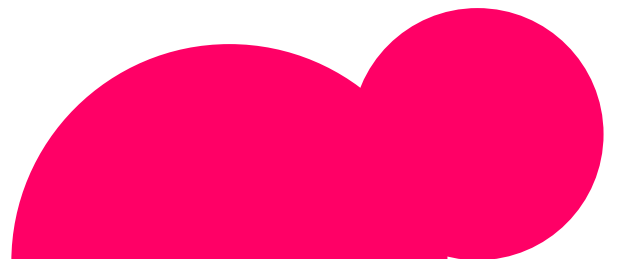
在亞洲國家裡，韓國是目前唯一設置有性健康博物館的國家，他們以主題式的展覽呈現性在人類一生當中的各種階段，其中在成人議題也加入了「身體性感帶」和性愛的感官體驗等區域，也因此博物館的參訪年齡層限定在十八歲。其他國家如中國大陸、香港、澳門、日本，在不同程度上以舉辦性文化節、成人展來促進「性議題的公眾化與社會化」，或以民間的性文物設置性文化館，但是以性教育為目標的「性教育館」和以蒐藏藝術文物為主的「性文化館」畢竟有不同目的，加拿大的性愛科學展相當於一個展館的規模，目標族群仍為一般青少年族群，展覽抓準了年輕世代對於「多媒體」的喜好，因此互動、遊戲、體驗性質的比例特別高，不同於靜態的文物或海報展覽，策展單位相當瞭解要抓住青少年的目光，必須運用的「元素」，性教育的內容恰好和形式相得益彰，最重要的是，讓青少年有參與感和認同感，也就是承認他們也是一個有性慾的人。

對於華人社會而言，在學校性教育之外，青少年有多元的管道接觸不同的性媒材，卻甚少有機會讓大家分享與互動任何關於性的疑惑、焦慮、性行為的情緒、性邀約的困難，當然還有性行為的愉悅和快樂，簡直是不能說的秘密！

加拿大性愛科學展給我們一個啟發，性健康知識的傳遞，同樣需要鎖定目標族群，當然任何一個展覽都無法適合所有人，「性學」和其他領域相較之下仍是「小眾」，然而一個有遠見的國家，勢必會為了她們的下一代，設置兼具教育性質和文化、娛樂性質的博物館，讓性議題也能寓教於樂，深入淺出的將性知識傳遞給大眾。

參考資料及圖片來源：蒙特婁科學中心

<http://www.montrealsciencecentre.com/exhibitions/sex-a-tell-all-exhibition.html>



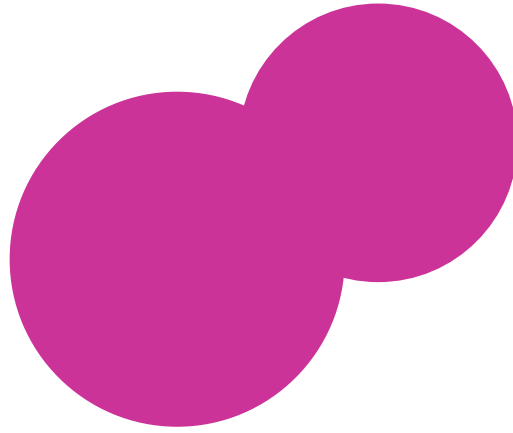
性福
會客室



男力與 女勁

文/李瑩萱

性健康的運動，到底應該怎麼推行？概念上，或許「順其自然，尊重選擇」是一個最合適的口號，然而現代人的性，最大的癥結點就是無法跟隨「性的自然性」，性之於人，是最密切也最疏離的，生命源自於此，親密源自於此，語言或文化卻也某部份的禁絕於此。所以性本身充滿著它大大小小不等的斷層，它斷裂在文化、它斷裂在知識，它也斷裂在每個人之間的差異。佛洛伊德強調的原慾(libido)，它是一種生之欲(Eros)，換而言之可以說是一種純粹的原始慾望的滿足，原始的慾望，最常拿來與性類比的，便是食，食與性，彷彿就是天生一對一般，被視為人類的最基本需求。然而，需求亦是有層次的，要能夠吃的溫飽還是吃得精緻？要敷衍了事的性愛還是享受愉悅的性愛？如果說文明帶來的是進步，生活水平的提高帶來的是更多的選擇，那麼同樣的目的，為什麼不選擇更愉快的結果？當然要會享受美酒，也得學會如何品酒，性愛亦復如是。



所以，從現在開始，應該重新的把「性=本能」的概念給替換掉。大多數人將性視為一種本能，不需要經過學習，性生活是年紀到了，時機到了自然會水到渠成的一件事情，這是一個最嚴重的迷思，誤以為有性器官就等於會做愛，這樣的想法扼殺了許多人更進一步瞭解自己的身體、了解自己的性的機會。尤其對現代人而言，性的目的不僅僅只關注在生殖繁衍後代而已，更多時候它是一種體驗愉悅與表達親密情感的一種方式。性的健康需要維持，性的健康也需要檢查、性的健康也需要養成。健康的性不只在認知、態度、情緒等等...它第一線更直接的是與身體息息相關。性很大部分與身體行為相關，那麼找回自己的性健康，是否也應該回到最初的原點，喚起並且訓練自己的身體呢？

現代人強調的運動健身，透過運動，訓練自己身體的各個部位，為了更健康的體魄，那麼為了我們性生活的健康性，是否也該重新提倡，所謂的凱格爾運動呢？來訓練我們的骨盆腔肌肉群，訓練它，為了它的健康養成，其實就等同於我們練胸肌、腹肌、人魚線甚至是心肺耐力、肌肉耐力等等同樣的道理，透過凱格爾運動來訓練骨盆腔肌肉群，相信會是實用性學的一個好方法。

凱格爾運動的優點針對女性而言，就是一種陰道緊實訓練，陰道的緊實度，與女性性福有很大的關聯，緊實充滿彈性的陰道，會讓女性的陰道在性愛過程中，更容易濕潤或者是更容易體驗高潮；對男性而言若有早洩問題可以透過此運動有效改善，同時也可以視為前列腺的保健運動，甚至也可以以此控制自己的射精時間點。非性的好處則男女皆同，在未來年齡漸長，也會減少漏尿或失禁的可能性。

所以，到底您的骨盆腔肌肉群有多有力呢？下列幾項方式，僅供您檢測：

GO ↓↓↓

women

女性請至此處勾選

(每項一分)



- 收縮陰道與肛門時會有快感。
- 性交時另一半的保險套曾經差點脫落。
- 可以利用陰道的力量控制另一半的射精時間。
- 可以控制尿尿的力度。
- 以女上男下的騎乘位性交時，主動擺腰會有快感。
- 可以輕鬆完成20次下蹲運動。

1-3分者:

您的骨盆腔肌肉群屬於較弱的狀態，因此容易疲倦，或是感到腹腔骨盆處逐漸鬆弛，不要猶豫了，快找機會好好訓練自己的骨盆腔肌肉群吧!

4-5分者：

此類型較為普遍，您的陰道女力並非太弱，但也不是非常有力，只要小小的訓練一下，馬上能夠提升自己的性與健康品質喔！

5分以上者：

您本身就女力十足，繼續保持目前的狀態吧，持續的陰道緊實訓練，可以幫助您停留在這個良好的水平上。

men

男性請至此處勾選

(每項一分)



可以輕鬆完成20次下蹲運動。

勃起時，可收縮肛門有效的使自己的陰莖有些微的律動。

可以利用骨盆腔肌肉的收縮控制射精時間。

可以控制尿尿的力度。

不以抽插方式，而是以骨盆腔肌肉收縮時帶動陰莖使對方有刺激感。

1-3分者:

您的骨盆腔肌肉群屬於較弱的狀態，因此容易疲倦，或是感到腹腔骨盆處逐漸鬆弛，不要猶豫了，快找機會好好訓練自己的骨盆腔肌肉群吧!

4-5分者：

此類型較為中上等級，只要小小的訓練一下，便能更掌控自如的掌握自己的射精時間，增進持久度喔！

5分以上者：

您本身就男勁十足，繼續保持目前的狀態吧，持續的凱格爾運動的訓練，可以幫助您停留在這個良好的水平上。

凱格爾運動，是目前實際運用在性福門診當中很普遍的一個訓練方式，透過骨盆腔肌肉的訓練，讓個案的在身體上更能夠享受性愛，在心理上也讓個案對自己的性健康培養出責任心，為自己的性真正的身體力行，如何身體力行？下面就提供幾種日常生活最簡單方便的訓練方式：

一、找出骨盆腔肌肉

以暫停小便的方法，先正確的找出骨盆腔肌肉，每次小便時，尿到一半就暫停個幾秒鐘，然後再度小便。如此反覆個六七次，此方式可以讓您確認骨盆腔肌肉的正確位置，同時這個動作，也是初步運動此處肌肉的一個方式。

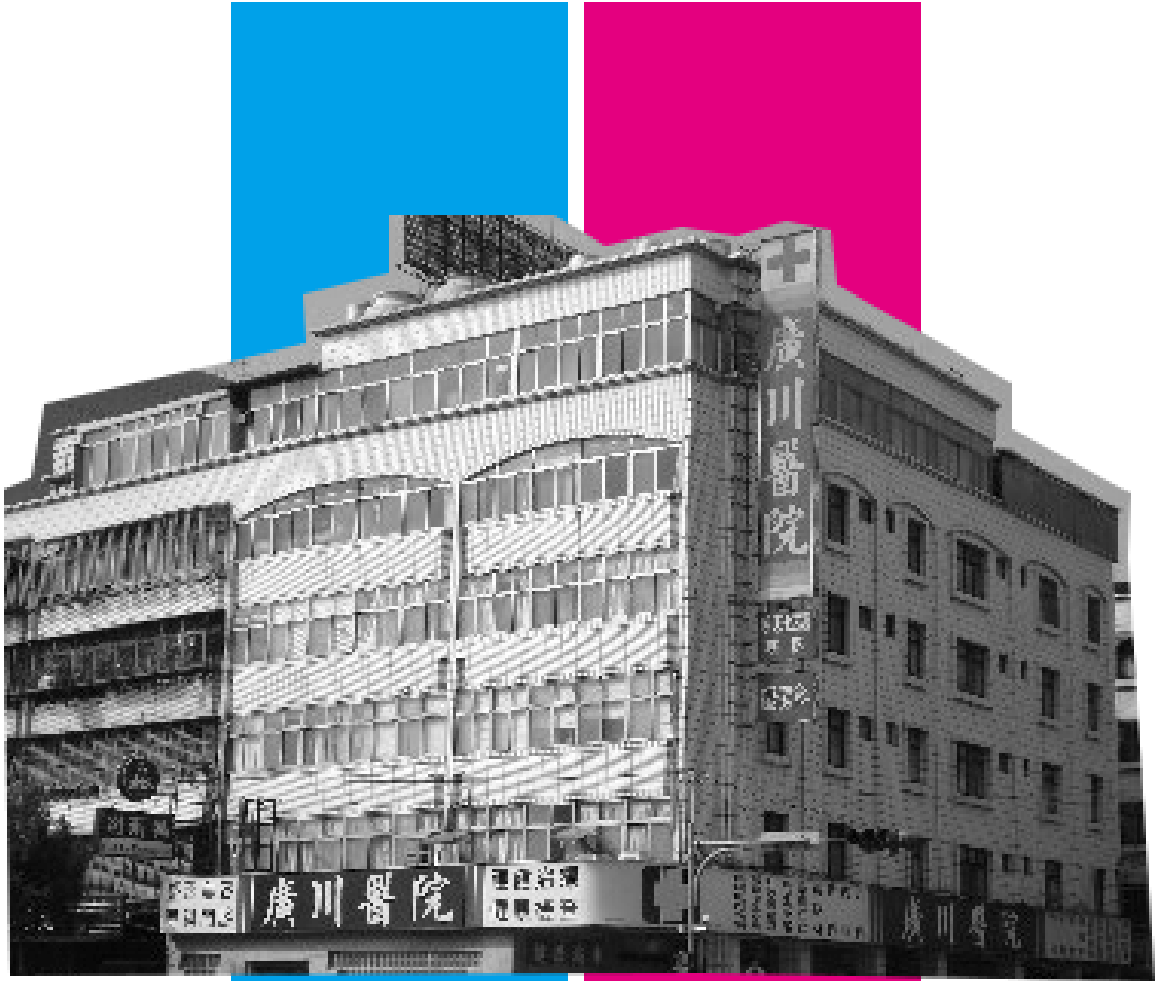
二、日常生活隨處可做

當透過第一個運動方法，您已經熟知骨盆腔肌肉的位置與運作的力道之後，您可以以一秒為間隔，一收一放的運動您的骨盆腔肌肉，不論在開車時、辦公時、閒暇時，不因空間時間的限制來對自己從事訓練。

三、進階收縮頻率：

前面兩個階段都能夠如實掌控之後，接下來則可以進一步做凱格爾緊閉運動，將收放的時間拉長為五秒鐘，慢慢地收縮骨盆腔肌肉，想像自己的骨盆腔肌肉分成五層，每一秒就夾緊一點，直到第五秒的時候讓自己的骨盆腔肌肉收縮到最緊的位置。接著維持住收縮狀態五秒鐘的時間。然後再花五秒鐘的時間一層一層的慢慢放鬆下來。以此反覆循環。

性的健康，坐而言不如起而行，透過上述的檢測與反覆的訓練，適當的方法，確實能夠讓健康並提高性生活的品質，實踐，這一刻就是性健康宣言最好的方式。



Broad River 廣川醫院 Hospital 性福門診

性福門診以促進大眾更美好的性做為目標，提供一個快速針對「性」的治療平台，以專業的性治療體系來解決所有對於性的困擾、迷思、問題及障礙，性治療室目前提供專業性健康諮詢、兩性關係/情感諮詢、性疾病診治、性功能障礙治療等服務項目。

老年人的親密能力與幸福感關係之研究

許美秀¹、陳國彥²、郭洪國雄³

摘要

本研究之目的在探討老年人的「親密能力」與「幸福感」之關係，將「親密能力」分為「生活互助」、「溝通接納」、「自我揭露」與「情緒支持」四個構念層面，將「幸福感」分為「生活滿意」、「社會參與」、「自我成就」三個構念層面，研究不同背景變項之老年人在「親密能力」與「幸福感」及其構面間是否有顯著差異，探討各構面間是否有顯著相關，最後以線性迴歸分析老年人「親密能力」對「幸福感」是否有顯著預測力。

研究者以自行發展的老年人「親密能力量表」與「幸福感量表」關係之研究問卷。選取高雄市38個行政區域內的長青學苑與老年人活動中心的學員作為施測範圍研究對象，採立意取樣，進行問卷調查，回收有效問卷為351份，資料經過統計與分析，獲得以下研究結論：

- 一、不同背景變項之老年人在「親密能力」及其四個構面間存在部分顯著性差異。
- 二、不同背景變項之老年人在「幸福感」及其三個構面間存在部分顯著性差異。
- 三、老年人之「親密能力」與「幸福感」有顯著相關。
- 四、老年人之「親密能力」對「幸福感」存在部分顯著性預測力。

關鍵字：老年人 親密能力 幸福感 確實能夠讓健康並提高性生活的品質，實踐，這一刻就是性健康宣言最好的方式。

¹【作者簡介】：許美秀，女。樹德科技大學人類性學研究所碩士研究生。電子信箱：michelle_hsu@kimo.com

²【通訊作者簡介】：陳國彥，男。樹德科技大學人類性學研究所教授。

³【通訊作者簡介】：郭洪國雄，男。樹德科技大學人類性學研究所助理教授。

一、緣起

根據聯合國世界衛生組織的定義，年齡超過65歲的人就是「老人」。台灣地區現有(2013年6月)老年人口2,600,152人，占總人口23,315,822人的11.2%，而且比率有日趨加劇之勢。已達高齡化社會（7%），並迅速邁向高齡社會（14%）。

老年人口的議題已不再侷限於個人問題，而是整個社會、國家、全世界都需要加以正視的一項客觀事實。研究者有感於此一人口老化現象，意圖透過研究、統計與分析老年人的「親密能力」與「幸福感」的認知與感受，以問卷量表的方式，進一步評估與推論。最終的目的在於尋求「親密能力」與「幸福感」的重要關聯，並將解析出的「親密能力」的不同構念層面，應用於預測與追求一種屬與我們的普世價值--「幸福感」。

我們都會老，我們都要幸福！

二、研究架構

由圖1所示，背景變項包括：性別、年齡、健康情形、起居協助、經濟來源、婚姻狀況、居住情形、教育程度；「親密能力」包括：「生活互助」、「溝通接納」、「自我揭露」、「情緒支持」等四個構面；「幸福感」包括：「生活滿意」、「社會參與」、「自我成就」等三個構面。

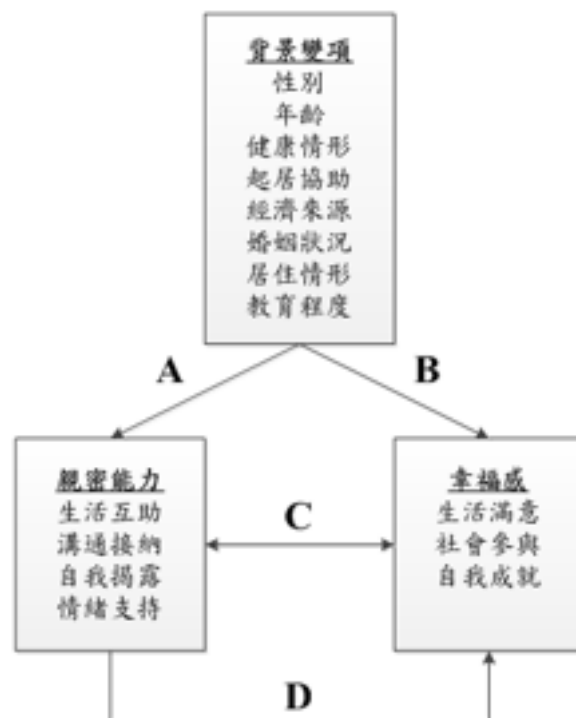


圖1：研究架構

本研究將由 A、B、C、D 四個路徑進行探討，茲分述如下：

(一)路徑A

以不同背景之65歲以上的老年人為自變項，「親密能力」為依變項，運用獨立樣本t考驗或單因子變異數分析等統計方法，瞭解老年人的「親密能力」，是否因不同的背景變項而有所差異的情形。

(二)路徑B

以不同背景之65歲以上的老年人為自變項，「幸福感」為依變項，運用獨立樣本t考驗或單因子變異數分析等統計方法，瞭解不同背景之老年人對於「幸福感」之差異情形。

(三)路徑C

以皮爾森 (Pearson) 「積差相關」 (Product-moment correlation)，針對老年人的「親密能力」與「幸福感」探討其整體與構面相互之間的相關情形。

(四)路徑D

以「簡單線性迴歸分析」 (Simple linear regression analysis) 及「逐步多元線性迴歸分析」 (Stepwise multiple regression) 探究老年人的「親密能力」及其構面對「幸福感」之預測情形。

三、研究假設

(一)假設1：不同背景變項之老年人之「親密能力」有顯著差異

- 1-1不同「性別」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-2不同「年齡」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-3不同「健康情形」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-4不同「起居協助」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-5不同「經濟來源」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-6不同「婚姻狀況」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-7不同「居住情形」之老年人之「親密能力」有顯著差異。
- 1-8不同「教育程度」之老年人之「親密能力」有顯著差異。

(二)假設2：不同背景變項之老年人之「幸福感」有顯著差異

- 2-1不同「性別」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-2不同「年齡」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-3不同「健康情形」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-4不同「起居協助」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-5不同「經濟來源」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-6不同「婚姻狀況」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-7不同「居住情形」之老年人之「幸福感」有顯著差異。
- 2-8不同「教育程度」之老年人之「幸福感」有顯著差異。

(三)假設3：老年人的「親密能力」與「幸福感」有顯著相關

- 3-1老年人的「親密能力」與「幸福感」有顯著相關。
- 3-2老年人的「生活互助」構面與「幸福感」有顯著相關。
- 3-3老年人的「溝通接納」構面與「幸福感」有顯著相關。
- 3-4老年人的「情緒支持」構面與「幸福感」有顯著相關。
- 3-5老年人的「自我揭露」構面與「幸福感」有顯著相關。

(四)假設4：老年人「親密能力」對「幸福感」有顯著預測力

- 4-1老年人「親密能力」對「幸福感」有顯著預測力。
- 4-2老年人「親密能力」中的「生活互助」構面對「幸福感」有顯著預測力。
- 4-3老年人「親密能力」中的「溝通接納」構面對「幸福感」有顯著預測力。
- 4-4老年人「親密能力」中的「情緒支持」構面對「幸福感」有顯著預測力。
- 4-5老年人「親密能力」中的「自我揭露」構面對「幸福感」有顯著預測力。

四、研究對象與取樣

研究對象為高雄市所屬38個行政區域內的65歲以上老年人口研究取樣本研究調查以高雄市行政區域內的長青學苑與老人活動中心65歲以上學員為研究施測對象。

預試樣本以高雄市富民長青中心為預試實施場域，共計發放60份預試問卷，共回收60份，皆為有效問卷，回收率為100%。

正試樣本以高雄市長青學苑及鳳山老人活動中心65歲以上學員為施測對象，共計發放正式問卷400份，有效樣本351份，回收率為87.75%。

五、研究方法與工具

(一)預試問卷資料分析

本研究主要採取問卷調查法，以自編之「老年人的親密能力與幸福感關係之研究調查問卷」作為研究工具。

內容主要分為受測者的基本資料、親密能力量表、幸福感量表等三部分。量表計分方式採用Likert五點量表計分。

預試量表初稿編制完成後，為了使研究量表更具，有效性與一致性，經與指導教授討論後，敦請五位專家審查問卷內容，以進行題項的篩選與修正，完成專家之效度。最後結果為背景變項8題，「親密能力」為44題，「幸福感」為32題，預試問卷總計84題，成為本研究調查之依據。

本研究預試問卷調查回收後，經題項分析、效度分析、信度分析，再編修成為本研究之正式問卷調查。

題項分析係根據以下標準做為題項保留或刪除的依據：遺漏值檢驗、極端組t檢定、修正後的題項與總分相關、題項刪除後的一致性 α 值。

經過題項分析後，親密能力量表原為44題減為32題，幸福感量表題為32題減為29題。

題項分析完成後，為考驗量表的建構效度，接著進行因素分析，首先根據KMO與Bartlett球型檢定，確認本研究問卷的二個量表皆適合進行因素分析，再採用主成分分析法、直交轉軸法、最大變異法完成因素分析。親密能力量表由32題減為30題，分為四個因素成份，幸福感量表由29題減為27題，分為三個因素成份。

(二)正試問卷資料分析

為了解研究樣本的個人背景變項，在老年人的「親密能力」與「幸福感」之相關需求分布情況，以次數分配、平均數、標準差及百分比等描述統計方法來分析每一個構面及整體面的現況，簡化資料分析時的複雜性，並作為進行相關推論統計的基礎。

為驗證多項研究假設，本研究採用推論性統計，包括獨立樣本t檢定 (Independent samples t-Test)、單因子變異數分析 (One-way ANOVA)、皮爾森積差相關 (Pearson product-moment correlation coefficient) 及線性迴歸分析 (Linear regression analysis)。

1. 簡單線性迴歸分析：整體親密能力對幸福感預測力分析

本研究以一個整體「親密能力」為自變項 (預測變項)，對一個依變項 (效標變項)「幸福感」，採用簡單線性迴歸分析，探討整體「親密能力」對「幸福感」的影響。如圖2所示：



圖2：簡單線性迴歸分析

2. 逐步多元線性迴歸分析：親密能力四個構面對幸福感預測力分析

本研究以「生活互助」、「溝通接納」、「情緒支持」與「自我揭露」四個構面為自變項 (預測變項)，以幸福感為依變項 (效標變項)，採用「逐步多元線性迴歸分析」(Stepwise multiple regression)考驗老年人「親密能力」四個構面對「幸福感」之預測力。如圖3所示：

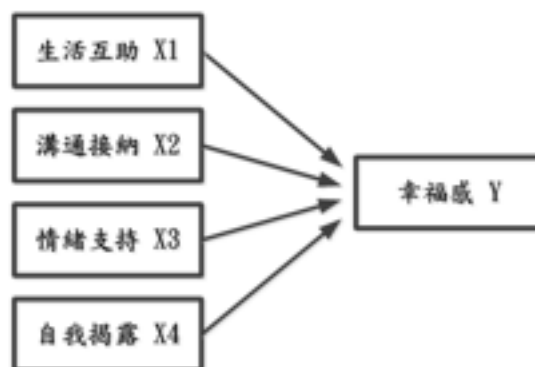


圖3：逐步多元線性迴歸分析

六、研究結果與結論

(一)老年人親密能力之現況

依據本研究在老年人「親密能力」現況中發現，老年人的整體「親密能力」平均表現為中上程度，尤其顯示在「生活互助」能力的認知上，有較高的得分數。得分數最低的是「自我揭露」能力，顯示一般老年人對情感與意念的表達，較為保守。

比較特別的發現是老年人對朋友的態度，得分數最高的題項為「我覺得與朋友相處是一件愉快的事」，得分數最低的題項為「沒有什麼事是不好講的，任何事我都會告訴我的朋友」，顯示「朋友」在老年人的生活中不可或缺，有時卻有知音難覓之憾。

(二)老年人幸福感之現況

依據本研究在老年人「幸福感」現況中發現，老年人的整體「幸福感」平均表現為中上程度，尤其顯示在「生活滿意」的認知上，有較高的得分數。得分數最低的是「自我成就」，顯示一般老年人，對自我肯定的信念，較為薄弱。

(三)老年人的親密能力在不同背景變項的差異

本研究將老年人的背景變項分為八個：性別、年齡、健康情形、起居協助、經濟來源、婚姻狀況、居住情形及教育程度。

研究發現老年人「親密能力」的高低跟其性別、年齡、經濟來源、居住情形及教育程度沒有顯著差異。

最具顯著差異的是老年人的健康情形，無論是整體「親密能力」或與其四個構面，健康情形的好壞顯著地影響「親密能力」的高低。

老年人的婚姻狀況及日常起居是否需要協助，亦顯著地影響「親密能力」的高低。

比較特別的是老年人的婚姻狀況中，「喪偶」者的「親密能力」顯著地高於「離婚」者。推論是「喪偶」者已逐漸走出失去親密愛人的傷痛，而「離婚」者仍耿耿於曾經擁有的不愉快的婚姻，阻礙了「親密能力」的展現。

(四)老年人的幸福感在不同背景變項的差異

本研究將老年人的背景變項分為八個：性別、年齡、健康情形、起居協助、經濟來源、婚姻狀況、居住情形及教育程度。

研究發現老年人「幸福感」的高低跟其年齡、經濟來源、婚姻狀況、居住情形及教育程度沒有顯著差異。最有顯著差異的是老年人的健康情形，無論是整體「幸福感」或與其三個構面，健康情形的好壞顯著地影響「幸福感」的高低。

老年人的日常起居是否需要協助，亦顯著地影響「幸福感」的高低，日常起居不需要協助的老年人，其在整體「幸福感」與其三個構面，均顯著地高於日常起居有需要協助的老年人。推論老年人若身體健康，生活可以自理，便能時時擁抱「幸福感」，非關年齡、財富與學歷，亦或婚姻與住所。

另外研究還發現女性老年人，在「社會參與」的構面上，顯著地高於男性老年人，但在整體的「幸福感」上，並沒有顯著差異。單從男女受試者的比例(37:63)，亦可略窺一二。

(五)老年人親密能力與幸福感之相關分析

本研究將老年人整體親密能力與「生活互助」、「溝通接納」、「情緒支持」、「自我揭露」四個構念層面及整體幸福感與「生活滿意」、「自我成就」、「社會參與」三個構念層面間作關聯程度分析，發現整體親密能力或其四個構念層面均與整體幸福感及其三個構念層呈現中度正相關。也就是親密能力的高低，正面且顯著地與幸福感的高低相關。

(六)老年人的親密能力對幸福感之預測力分析

本研究採用簡單線性迴歸分析，以整體「親密能力」為預測變項，「幸福感」為效標變項。研究結果發現老年人的整體「親密能力」對整體「幸福感」具有顯著預測力，預測力為45%。

非標準化迴歸方程式：「幸福感」=1.57+.65x「整體親密能力」

標準化迴歸方程式：「幸福感」=.67x「整體親密能力」

本研究另以「生活互助」、「溝通接納」、「情緒支持」與「自我揭露」四個構面為預測變項，以幸福感為效標變項，採用「逐步多元線性迴歸分析」考驗老年人「親密能力」四個構面對「幸福感」之預測力。研究結果發現，預測變項中的「情緒支持」與「溝通接納」二個構面對「幸福感」有顯著預測力，總預測力為48%。「情緒支持」之預測力為43%，「溝通接納」之預測力為5%。

迴歸方程式表示方式如下：

非標準化迴歸方程式：「幸福感」=1.38+.37x「情緒支持」+.33x「溝通接納」

標準化迴歸方程式：「幸福感」=.40x「情緒支持」+.34x「溝通接納」

七、結論

假設1：不同背景變項之老年人之「親密能力」有顯著差異。檢驗結果如表1所示：

表1：假設1檢驗結果

研究假設項目	是否成立	顯著差異之構面
1-1 不同「性別」之老年人之「親密能力」有顯著差異	否	
1-2 不同「年齡」之老年人之「親密能力」有顯著差異	否	
1-3 不同「健康情形」之老年人之「親密能力」有顯著差異	完全成立	全部
1-4 不同「起居協助」之老年人之「親密能力」有顯著差異	部份成立	生活互助、整體親密能力
1-5 不同「經濟來源」之老年人之「親密能力」有顯著差異	否	
1-6 不同「婚姻狀況」之老年人之「親密能力」有顯著差異	部份成立	生活互助、溝通接納、整體親密能力
1-7 不同「居住情形」之老年人之「親密能力」有顯著差異	否	
1-8 不同「教育程度」之老年人之「親密能力」有顯著差異	否	

假設2：不同背景變項之老年人之「幸福感」有顯著差異。檢驗結果如表2所示：

表2：假設2檢驗結果

研究假設項目	是否成立	顯著差異之構面
2-1 不同「性別」之老年人之「幸福感」有顯著差異	部分成立	社會參與
2-2 不同「年齡」之老年人之「幸福感」有顯著差異	否	
2-3 不同「健康情形」之老年人之「幸福感」有顯著差異	完全成立	全部
2-4 不同「起居協助」之老年人之「幸福感」有顯著差異	完全成立	全部
2-5 不同「經濟來源」之老年人之「幸福感」有顯著差異	否	
2-6 不同「婚姻狀況」之老年人之「幸福感」有顯著差異	否	
2-7 不同「居住情形」之老年人之「幸福感」有顯著差異	否	
2-8 不同「教育程度」之老年人之「幸福感」有顯著差異	否	

假設3：老年人的「親密能力」與「幸福感」有顯著相關。檢驗結果如表3所示：

表3：假設3檢驗結果

研究假設項目	是否成立	相關情形
3-1 老年人的「親密能力」與「幸福感」有顯著相關	是	中度正相關
3-2 老年人的「生活互助」構面與「幸福感」有顯著相關	是	中度正相關
3-3 老年人的「溝通接納」構面與「幸福感」有顯著相關	是	中度正相關
3-4 老年人的「情緒支持」構面與「幸福感」有顯著相關	是	中度正相關
3-5 老年人的「自我揭露」構面與「幸福感」有顯著相關	是	中度正相關

假設4：老年人「親密能力」對「幸福感」具有顯著預測力。檢驗結果如表4所示：

表4：假設4檢驗結果

研究假設項目	是否成立	預測力
4-1 老年人「親密能力」對「幸福感」有顯著預測力	是	45%
4-2 老年人「親密能力」中的「生活互助」構面對「幸福感」有顯著預測力	否	
4-3 老年人「親密能力」中的「溝通接納」構面對「幸福感」有顯著預測力	是	5%
4-4 老年人「親密能力」中的「情緒支持」構面對「幸福感」有顯著預測力	是	43%
4-5 老年人「親密能力」中的「自我揭露」構面對「幸福感」有顯著預測力	否	

八、建議

本研究根據文獻探討及實證研究的結果，謹提出下列建議，以供大眾及相關單位參考，茲分別說明如下：

(一)對國人健康狀態之建議

本研究整體而言，老年人的整體「親密能力」與整體「幸福感」及個人的健康情形有顯著相關。因此，研究者建議國人自年輕時即應該重視保健觀念，留意自身的健康狀態，並能與同好透過群體的支持力量，養成規律的運動習慣，持續不斷的鍛鍊身體，透過體能活動，建立良性的人際互動關係，以增進自己的親密能力。

除此之外，研究者亦認為老年人應定期參加醫療健檢，在身體機能下降或老化的過程中，能立即了解身體健康狀況。儘量延緩身體機能退化的速度，強化自我照護的能力與日常作息的行動力，如此不但可以瞭解與掌握健康狀況的穩定程度，亦可強化自己的行動力與擴大生活圈。

如能將健康掌握在自己手中，不必凡事依賴他人，或因擔心增添他人麻煩而縮小自身的行動範圍與意願，走出戶外主動與他人建立互動關係，享受有品質的自主生活，如

此應能以身心健康的遲暮歲月，擁有滿滿幸福感的老年生活。

(二)對家庭支持之建議

研究者認為，家庭對老年人而言是不可缺少的心靈場所，隨著家庭結構、功能的改變下，家庭承擔老年人照顧能力越顯薄弱，而老人照顧問題在社會文化中一直被視為是家庭的責任。

儘管家庭結構與功能有所變遷，透過相關的家老年心理衛生教育，讓所有人了解老年時期可能的發展與需求及相關疾病等老年議題，不僅可以幫助老年人更了解自己的狀況與需求，也可以讓民眾有正確的概念來面對自己的老化及了解如何對待和照顧老年人；而老年人身旁的家人及友伴也能了解老年人的身體抱怨，除了真正的生理疾病之外，也要關注老年人是否在心理上也出了狀況，試著多陪伴老年人，探索是否為心理上的某些需求沒有被滿足所造成。除了可以避免對老年人有錯誤認知及偏見之外，更能協助民眾學習如何正確照顧家中長輩，滿足老年人的需求。

本研究建議相關單位應在心理衛生教育推廣上增加老年人議題的比重，利用各種媒體或管道提升大家對老年人議題的了解與認識，以因應人口老化所產生的社會問題。

(三)對老年人的建議

不同背景的老年人，其專長、興趣及需求也各有不同，老年人應走出自我封閉與退縮的負面思維，放下心理防衛，主動與他人建立和諧的人際關係，分享生活經驗，提供旁人實質的幫助與精神的支持。

由本研究結果得知，女性老年人在社會參與度比男性高。男女會因身心狀況的差別而影響其社會參與的選項。因此，若能針對不同性別的老年人之個人特質與需求，提供適切的社會活動，在過程中可幫助老年人增加其與社會的互動關係及人際親密，也可以幫助老年人減少其孤寂感，以正向的態度面對人生，延伸自己的生命深度，讓老年生活更加豐富。

倘若能鼓勵老年人積極參與志工服務，貢獻其累積的人生經驗與智慧，使其晚年生活充滿意義，老年人的生活不再只是等待凋零，而是生命的昇華。

(四)對未來研究的建議

本研究因考量研究者的時間、經費與地緣等因素限制，致使本研究之研究對象僅限於高雄市長青學苑與老人活動中心的65歲以上老年人，所以本研究結果推論僅止於高雄市，無法推論及於全國各地區之老年人。

為了更瞭解老年人親密能力與幸福感的實際情況，建議未來的研究，可調查一般居家的老年人，探討其間的異同，以利於完整的評估。

本研究主要以自編問卷作為蒐集資料的工具，透過量化統計分析與推論，固然有其便利性與結構性，但受試者可能因個人或為符合社會期望等因素，使施測結果產生偏差，對於老年人的真正感受也無法做深入的探討。

因此若能搭配深度訪談或參與觀察，透過質性研究的方法更深入瞭解老年人之相關議題，使資料蒐集更多元性且貼近真實的情況，研究結果將更具參考價值。

Graduate School of Human Sexuality, Shu-Te University

The Study Researches: Relationship between
Intimacy Competence and Well-Being about the Elderly

Student: Hsu, Mei-Hsiu

Advisor: Dr. Chen, Kuo-Yen

Dr. Kuo Hung, Kuo-Hsiung

ABSTRACT

The purpose of this study was to explore the relationship between the elderly "Intimacy Competence" and "Well-Being". Four constructs ("Mutual help" , "communication and acceptance" , "self-disclosure" and "emotional-support") were derived from "Intimacy Competence" and three constructs ("life satisfaction" , "social participation" and "self-achievement") were derived from "Well-Being". The searcher sought for obvious difference and correlation between the elderly "Intimacy Competence" and "Well-Being", also their constructs regarding different personal factors. Stepwise Linear Regression model was also use to assess the predictive power of "Well-Being" with the four constructs of "Intimacy Competence".

Analysis methodology and tools were developed based on domestic and international papers and publications. The researcher self-developed two scales for "Intimacy Competence" and "Well-Being" as one questionnaire and applied to "Evergreen Academics" and "Senior Citizen Activity Center" in Kaohsiung by judgment sampling. There were 351 effective questionnaires received and were analyzed by the researcher with comprehensive statistical tests. The following were the conclusions based on the study:

1. There exists a partial significant difference between elderly "Intimacy Competence" along with its four constructs and personal factors.
2. There exists a partial significant difference between elderly "Well-Being" along with its three constructs and personal factors.
3. There exists a significant correlation between elderly "Well-Being" and "Well-Being".
4. There exists a partial significant predictive power of "Well-Being" regarding "Intimacy Competence".

Keywords: the elderly, intimacy competence, well-being

幸福經濟 性福起飛

高雄市已婚市民性生活滿意度調查

文/高雄市性健康協會

「無性婚姻」和「無性夫妻」如何定義？對照於現代許多社會新聞事件，和婚姻關係的失和，短暫的「無性」往往不足以造成「問題」，但是夫妻間往往在「短暫的無性」之後，突然在某一個時間點「熄火」或另一半「工廠關門」了，雙方不再產生親密行為，而這個起始點是夫妻在家庭瑣事之外經常忽略的一個時間點。一旦錯過了這個時間點，久而久之，夫妻對於何時開始對彼此消退熱情，早就已經很難回憶。

因此我們將焦點關注在夫妻婚姻關係內的性生活滿意度，雖然性生活不代表婚姻生活的整體，但性生活是婚姻生活和諧的指標之一，對於許多男女而言，也許它是一項「很關鍵」的指標，卻因為在很多因素，不敢和另一半溝通彼此的性需求和對於性行為的喜好。於是在2012年底，我們設計一份「高雄市已婚市民性生活滿意度」問卷，藉由這份問卷的填寫，同時也給予民眾正確的性觀念。我們也希望瞭解，在性知識已經普及化的現代台灣社會，民眾對於自己的性生活「品質」和「數量」的滿意程度，還有哪些是可以作為未來推動社區成人性教育的參考指標。

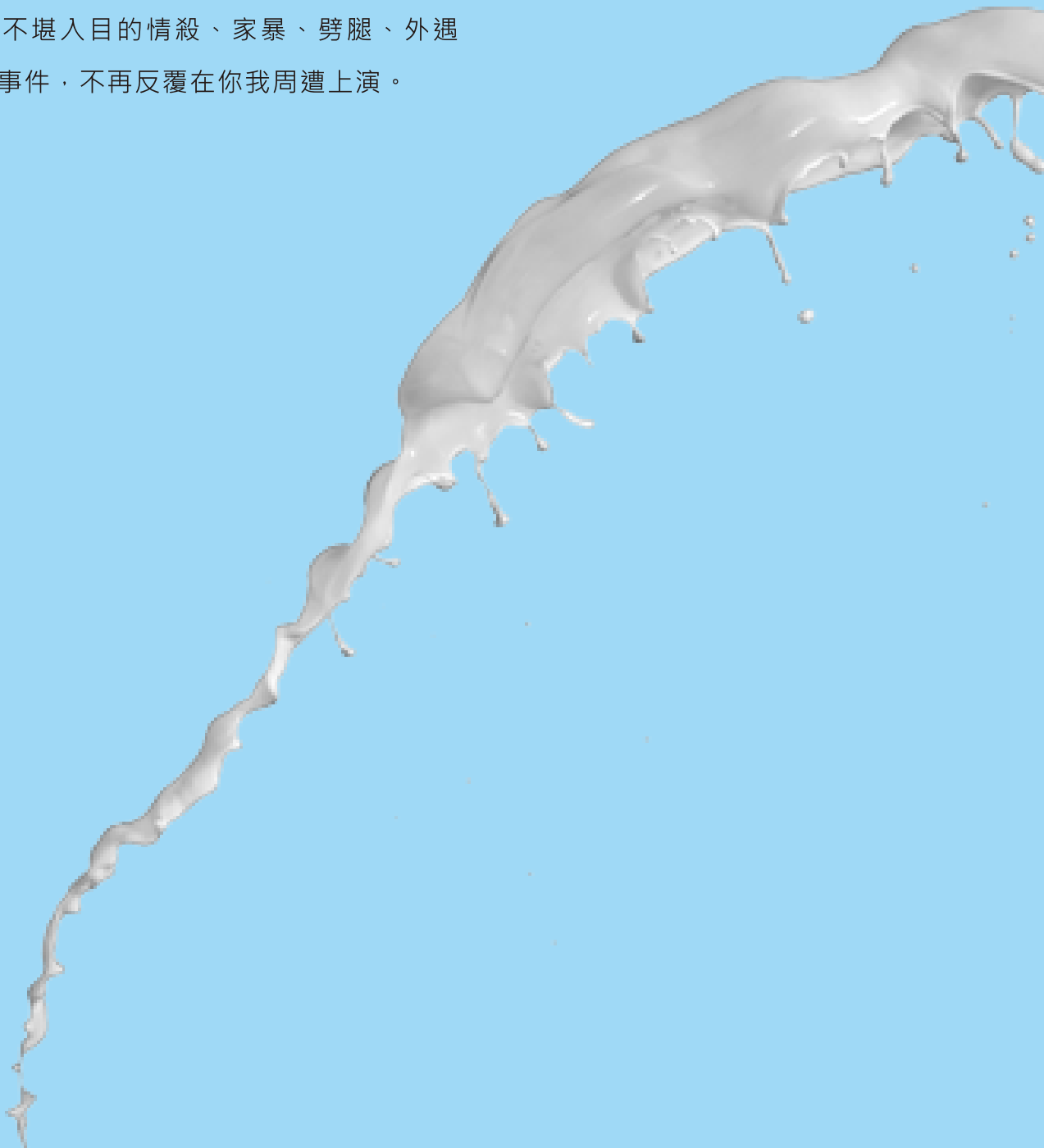
本問卷特別感謝兩位專家顧問：樹德科技大學人類性學研究所阮芳賦教授，以及樹德科技大學兒童與家庭服務系李新民教授，在過程中給予許多實際的意見和指導。因為第一次從事普及化的性生活調查，民眾從未填寫過，推測填答者的反映可能是極端認為無所謂，或認為很害羞拒絕填寫，因此在專家的建議下，本會採取「立意取樣」的原則，以降低隨機抽樣裡受訪者拒絕回答的機率。

在問卷題項的設計，本問卷分為三大項目：第一項基本資料針對「性別」、「年齡」、「學歷」、「職業」、「婚姻狀況」、「目前婚齡」、「居住狀況」、「家庭年收入」、「健康狀況」等九個子項；第二項「性需求頻率」分別調查填答者「自己的性需求」以及「伴侶的性需求」，和彼此實際的性愛行為次數。第三項「伴侶性生活滿意度」的部分，分別針對「性溝通」、「性行為的滿意」（有否高潮）、「衝突是否導致拒絕性愛」、「性生活對婚姻生活的維繫程度」等提問，設計十個子題，詳細題目請參閱附錄原始問卷。

這份調查問卷，在發放、回收過程中也得到不同階層市民的迴響，多數市民平時在面對「閨房之事」有兩種極端的態度，一種是極端的無所謂或極端的開放，一種是極度的尷尬壓抑或認為不太重要，在我們發放問卷的過程中，發現「填寫問卷」本身亦即造成民眾之間對「性議題」的坦然和自在，他/她們彼此之間在填完問卷後，會開始談論平時羞於啟齒的事情，還有平時讓人認為浮誇性事的民眾，也獲得一個驗明正身的機會，這份問卷造成的現場效應，想必不只是關注「社會科學調查」的嚴謹、隱私、保密，更重要的是，我們觀察到很多民眾「並不想保密」，他/她們樂於和別人分享「知音難尋」的議題，這些行為看似窺人隱私，而事實上，對於我們而言，在在呈現一個道理：「房事」很值得被認真的看待，對於想要知道如何讓性生活變得更好的市民朋友而言，進行調查之後的作為更為重要，也是我們希望藉著這次座談拋出來讓各位學術領域、實務領域和公部門的專家學者，共同產生腦力激盪。

當然，問卷回收過程中，也難免看見許多不自在的民眾，不希望將隱私之事暴露於外，這些問卷雖然成為無效樣本，但是我們相信，一份小小的調查無法滿足所有人的期許，也無法呈現和推論所有市民的性福樣貌，但是1062位市民的珍貴回應卻象徵著後續往前邁進的動力，我們非常感激也非常珍惜。

第一次針對市民做性生活的調查，必然有不盡完美之處，我們希望在未來繼續針對問卷主題、題項和調查樣本做修正，進一步深究其他主題，也希望各界不吝給予意見指教，讓高雄市成為全台灣「性福之都」的亮點，每年固定推動社區成人及青少年性教育講座、培訓社區性教育種子，讓各社區之間能夠發揮凝聚的力量，讓社會新聞不堪入目的情殺、家暴、劈腿、外遇、砍殺等悲劇事件，不再反覆在你我周遭上演。



「高雄市已婚市民性生活滿意度調查」成果報告摘要

本次問卷調查採立意取樣，因本調查敏感度高，需作答者信任和配合，無法進行隨機抽樣，總回收樣本1083份，有效樣本1062份。本問卷共分「基本資料」、「性需求頻率」、「性生活滿意度」三項，主要調查目的為：

- 1.不同性別、年齡、婚齡的民眾之性需求頻率。
- 2.不同性別、年齡、婚齡的民眾之性生活滿意度。
- 3.「婚姻內沒有性需求」的民眾之比例。
- 4.「婚姻內沒有性關係」對於婚姻的滿意度。

一、基本資料分析：

(一) 性別

性別	百分比 (%)
男	52.7
女	47.3

(二) 年齡

年齡	百分比 (%)
30以下	6.4
31至40	33.3
41至50	37.8
51至60	16.1
61以上	6.4

(三) 學歷

學歷	百分比
國小	.8
國中	2.1
高中	26.3
大專\學	57.4
碩士以上	13.5

(四) 職業

職業	百分比
軍公教	33.6
專業技術	13.5
農林漁牧	.6
工商貿易	14.8
餐旅服務	3.9
自由業	9.3
退休	2.6
家庭主婦	7.5
其他	14.2

(五) 婚姻狀況

婚姻狀況	百分比
首次婚姻	94.9
第二次婚姻	4.7
第三次(含)婚姻	.4
以上	

(六) 目前婚齡

目前婚齡	百分比
1-5年	22.3
6-10年	17.4
11-20年	30.2
21-30年	20.0
31年以上	10.1

(七) 居住情況

居住情況	百分比
分居	2.0
分房	6.5
分床	9.8
同床	74.3
因工作夫妻遠距離分 開居住	7.4

(八) 家庭年收入

家庭年收入	百分比
30萬以下	6.2
31至70萬	22.8
71至100萬	31.7
101至 130萬	18.3
131至 160萬	7.5
161萬元 以上	13.5

(九) 健康狀況

健康狀況	百分比
我本身有慢性疾病	7.1
我的伴侶有慢性疾病	5.6
我與伴侶皆有慢性疾病	3.7
我與伴侶健康狀況良好	83.7

二、性需求頻率：

1. 過去 3 個月您平均的性需求次數

您自己的性需求次數	百分比
沒有性需求	11.7
每月1次	17.8
2週1次	18.5
每週1次	28.7
每週2次	15.4
每週3次(含)以上	7.8
總和	100.0

2. 過去 3 個月您的伴侶平均的性需求次數

您伴侶的性需求次數	百分比
沒有性需求	12.6
每月1次	17.5
2週1次	18.7
每週1次	29.3
每週2次	14.8
每週3次(含)以上	7.1
總和	100.0

3. 過去 3 個月您與伴侶平均的實際性愛行為次數

您與伴侶平均的實際性 愛行為次數	百分比
沒有性需求	10.5
每月1次	19.5
2週1次	20.4
每週1次	27.4
每週2次	16.2
每週3次(含)以上	5.9
總和	100.0

三、性生活滿意度：

1. 平均分數

題項	個數	平均數	標準差
1. 我跟伴侶之間的性生活溝通良好	1062	4.77	1.042
2. 我很滿意我目前的性生活	1062	4.74	1.050
3. 我與伴侶的性愛行為能達到高潮	1062	4.70	1.067
4. 我與伴侶發生衝突後會影響我們的性生活	1062	4.50	1.127
5. 我與伴侶發生衝突後會拒絕與對方做愛	1062	4.37	1.190
6. 我認為伴侶間的性生活對婚姻關係的維繫很重要	1062	4.89	1.028
7. 我總是能滿足我伴侶的性需求	1062	4.68	.989
8. 我的伴侶總是能滿足我的性需求	1062	4.63	1.041
9. 我認為婚姻中完全沒有性生活需要求助或諮詢	1062	4.44	1.212
10. 在我的婚姻中我認為伴侶間沒有性生活也沒關係	1062	3.18	1.475

備註：(1)本項目量表為「6=非常同意、5=很同意、4=尚同意、3=不太同意、2=很不同意、1=非常不同意」，最大值6分，最小值1分，平均值3.5分。高於平均值表示「比較同意」。

(2)標準差在1分左右，表示填達者的意見較一致。高於2分則表示意見很分歧。

四、交叉分析項目：

(一) 性別與性需求次數交叉表

性別 * 過去 3 個月您平均的性需求次數 交叉表						
性別	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
男	5.7%	14.3%	18.9%	32.1%	18.8%	10.2%
女	18.3%	21.7%	18.1%	24.9%	11.8%	5.2%

性別 * 過去 3 個月您的伴侶平均的性需求次數 交叉表						
性別	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
男	10.5%	16.6%	19.1%	31.1%	15.9%	6.8%
女	14.9%	18.5%	18.3%	27.3%	13.5%	7.4%

性別 * 過去 3 個月您與伴侶平均的實際性愛行為次數 交叉表						
性別	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
男	7.0%	17.0%	20.7%	30.0%	18.6%	6.8%
女	14.5%	22.3%	20.1%	24.5%	13.5%	5.0%

(二) 年齡與性需求頻率交叉表

年齡 * 過去 3 個月您平均的性需求次數 交叉表						
年齡	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
30以下	13.2%	13.2%	10.3%	20.6%	27.9%	14.7%
31至40	8.8%	16.1%	20.3%	24.0%	20.9%	9.9%
41至50	6.5%	18.0%	18.5%	36.9%	13.5%	6.7%
51至60	18.7%	22.8%	19.3%	27.5%	7.6%	4.1%
61以上	38.2%	17.6%	16.1%	16.1%	0.06%	0.06%
年齡 * 過去 3 個月您與伴侶平均的實際性愛行為次數 交叉表						
年齡	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
30以下	11.8%	11.8%	20.6%	13.2%	25.0%	17.6%
31至40	7.3%	18.6%	21.2%	24.0%	21.8%	7.1%
41至50	6.0%	18.2%	20.0%	35.4%	15.7%	4.7%
51至60	17.5%	26.9%	21.1%	25.7%	6.4%	2.3%
61以上	35.3%	20.6%	17.6%	16.2%	0.06%	0.04%

(三) 婚齡與性需求頻率交叉表

婚齡 * 過去 3 個月您與伴侶平均的實際性愛行為次數 交叉表						
婚齡	沒有 性需求	每月1次	2週1次	每週1次	每週2次	每週3次 (含)以上
1-5年	8.0%	13.9%	23.2%	21.5%	21.9%	11.4%
6-10年	8.6%	23.8%	19.5%	23.2%	20.5%	4.3%
11-20年	6.5%	18.1%	18.4%	36.4%	15.6%	5.0%
21-30年	11.3%	18.9%	23.6%	28.3%	13.2%	4.7%
31年以上	29.9%	29.9%	15.9%	18.7%	3.7%	1.9%

(四) 性別與性生活滿意度交叉分析 (第 2,6,10 題)

性別 * 「我很滿意目前性生活」 交叉表						
性別	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
男	1.1%	1.4%	6.6%	27.9%	36.8%	26.3%
女	2.2%	1.2%	5.8%	29.5%	36.3%	25.1%

性別 * 「我認為伴侶間的性生活對婚姻關係的維繫很重要」 交叉表						
性別	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
男	1.1%	.4%	3.8%	22.9%	38.4%	33.6%
女	1.8%	1.2%	7.6%	24.7%	35.7%	29.1%

性別 * 「在我的婚姻中我認為伴侶間沒有性生活也沒關係」 交叉表						
性別	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
男	20.9%	17.7%	27.5%	18.0%	10.5%	5.4%
女	13.3%	11.8%	27.5%	22.9%	15.1%	9.4%

(五) 年齡與性生活滿意度交叉分析 (第 2,6,10 題)

年齡 * 「我很滿意目前性生活」 交叉表						
年齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
30以下	.0%	1.5%	1.5%	22.1%	36.8%	38.2%
31-40	2.0%	1.1%	5.1%	31.9%	39.0%	20.9%
41-50	1.0%	1.5%	7.2%	27.2%	34.9%	28.2%
51-60	1.2%	1.2%	7.0%	26.9%	39.2%	24.6%
61以上	5.9%	1.5%	8.8%	30.8%	26.5%	26.5%

年齡 * 「我認為伴侶間的性生活對婚姻關係的維繫很重要」 交叉表						
年齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
30以下	1.5%	.0%	1.5%	19.1%	44.1%	33.8%
31-40	.8%	.3%	3.4%	20.3%	39.3%	35.9%
41-50	1.2%	.7%	7.0%	24.7%	34.9%	31.4%
51-60	.6%	2.3%	9.4%	29.2%	35.1%	23.4%
61以上	7.4%	.0%	2.9%	26.5%	36.8%	26.5%

年齡 * 「在我的婚姻中我認為伴侶間沒有性生活也沒關係」 交叉表						
年齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
30以下	26.5%	14.7%	8.8%	27.9%	10.3%	11.8%
31-40	18.1%	15.0%	29.1%	18.4%	13.6%	5.9%
41-50	19.5%	17.5%	28.4%	19.0%	10.0%	5.7%
51-60	11.7%	7.6%	29.2%	24.6%	14.0%	12.9%
61以上	5.9%	17.6%	27.9%	20.6%	23.5%	4.4%

(六) 婚齡與性生活滿意度交叉分析 (第 2,6,10 題)

婚齡 * 「我很滿意目前性生活」 交叉表						
婚齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
1-5年	.8%	.4%	4.6%	26.2%	39.2%	28.7%
6-10年	1.6%	2.2%	8.1%	32.4%	38.4%	17.3%
11-20年	1.2%	1.2%	6.2%	32.1%	32.4%	26.8%
21-30年	1.9%	.9%	5.7%	21.2%	41.0%	29.2%
31年以上	3.7%	2.8%	7.5%	31.8%	30.8%	23.4%

婚齡 * 「我認為伴侶間的性生活對婚姻關係的維繫很重要」 交叉表

婚齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
1-5年	.8%	.0%	2.1%	21.1%	40.1%	35.9%
6-10年	1.6%	.5%	7.0%	23.2%	37.8%	29.7%
11-20年	.9%	1.2%	5.6%	24.9%	34.6%	32.7%
21-30年	.9%	1.4%	6.1%	25.0%	37.3%	29.2%
31年以上	4.7%	.0%	9.3%	24.3%	36.4%	25.2%

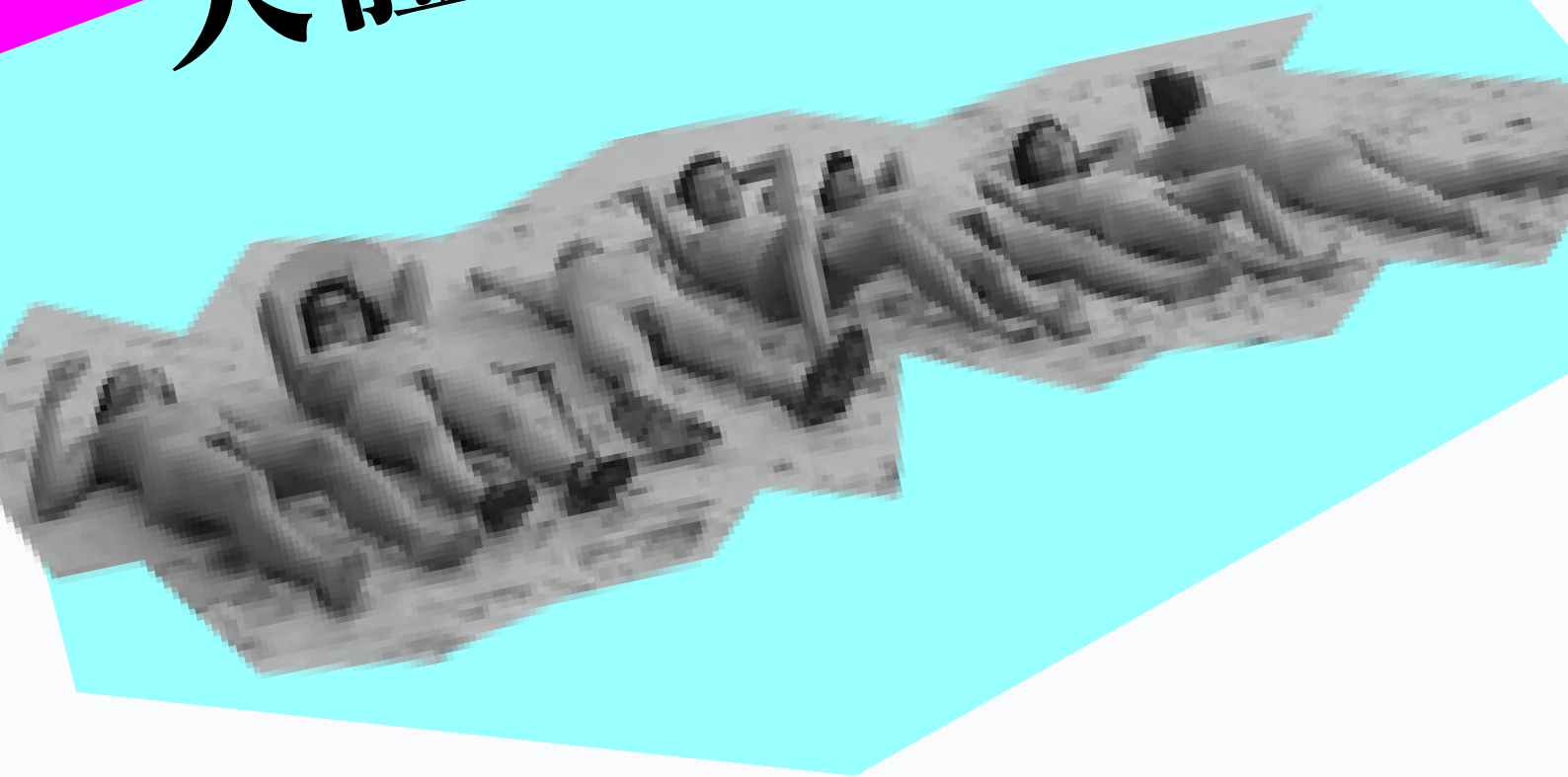
婚齡 * 「在我的婚姻中我認為伴侶間沒有性生活也沒關係」 交叉表

婚齡	非常 不同意	很不同意	不太同意	尚同意	很同意	非常同意
1-5年	19.8%	15.6%	27.8%	18.1%	10.5%	8.0%
6-10年	17.3%	18.9%	22.7%	24.3%	13.0%	3.8%
11-20年	20.9%	13.7%	26.5%	20.6%	11.8%	6.5%
21-30年	15.6%	15.1%	33.5%	16.0%	10.8%	9.0%
31年以上	4.7%	9.3%	26.2%	26.2%	23.4%	10.3%

前進大馬 天體樂活之旅

裸體樂活

文/周淑和



臺灣旅遊東南亞的行程，大致上是定5天4夜，費用約3萬餘台幣。爲了策劃8天至9天的行程，鎖定檳城及朗卡威島嶼，原因是這兩個島嶼有不少可供天體的優美沙灘，而且兩島的距離不會太遠，約2個半至3個小時的航程。整個旅遊的預估開銷是每人不到3萬五千元台幣。行程共11人，7名臺灣籍，2位包括我是馬來西亞籍，另外兩位分別是新加坡和印度籍。

這趟旅遊的主軸是天體。檳島可供天體的沙灘有Teluk Kampi, Teluk Ketapang Besar/Kecil, Teluk Kumbar 魚村，Pasir Panjang和Pantai Mas。選中Teluk Kampi是因爲它是檳城最長的沙灘及近乎人煙絕跡的優勢，雖然沙灘的一邊有一些工人正在興建度假屋，但絲毫不影響另一邊的海灘活動。此處的沙灘沒有受到污染，是檳島

罕見的無污染的地點。另一個是Pulau Songsong (宋宋島) ，由吉打州政府管轄，從檳島租船過去約2個小時的行程，後因船費租金昂貴 (約台幣6000元) 而取消。相當慶幸當初取消赴宋宋島，而改為爬Ayer Itam Dam (亞伊淡水壩) ，因爬至山頂時下了一場豪雨。若在豪雨中赴宋宋島，不敢想像船會不會翻覆。

在不少的廉價航機中選擇Air Asia (亞航) 班機赴馬來西亞，因為亞航除了價格便宜，還富有彈性且班次多。類似航空保險，餐飲，座位劃定等可讓乘客選擇是否要購買，這些可有可無的服務還會讓乘客省下不少錢。策劃搭乘11點35分夜晚的班機，除了較便宜，抵達吉隆坡是早上4點10分，從機場拿了行李出來，再次提行李進入國內航綫，剛好可搭乘早上7點15分至檳城的班機。臺北至吉隆坡及吉隆坡到檳城的班機銜接上，乘客較不會浪費時間在等待下一趟班機。到達檳城機場是8點10分。從吉隆坡出發至檳城，不到1小時的行程。這種航班的安排，可省下白天飛行的時間被消耗，而延長白日遊覽的時間。

果園度假村處在隱秘性較高的果園內，不容易被外人發現而被優先考慮。當我之前以天體人的身份向民宿主人道明租借的目的時，民宿老闆毫不忌諱，反而友善的接待。7月份是榴蓮和一些熱帶水果盛產的季節，剛好可滿足榴蓮饕客的胃口。民宿主人亦是果園園主的他為天體族友們準備了各種當地出名的榴蓮和熱帶水果，如紅毛丹，山竹及 champulak等。

當我們抵達果園民宿時，最早不超過早上10點，屆時，會有早餐，午餐和水果的供應。果然，民宿老闆娘為大家準備了道地的客家菜肴和富有馬來風味的午餐，同時也提供濃鬱的名種紅蝦榴槿及其它熱帶水果。為了幫助族友們的腸胃獲得良好操作，吃飽和大快朵頤各種水果之後，則計劃下午5點從果園爬山上小雲頂吃泰式晚餐，然後，由果園老闆安排載送行動不太方便的族友上山和所有人下山。從果園爬山至小雲頂約1小時半的路途，沿路可看到不少各種各樣的熱帶果樹園丘和山腳下的風景。

在果園住了一晚之後，搬進了Straits Quay海灣公寓，它是以歐式建築為格調，馬幣350元一間房，可入住5個人，內附廚房，客廳和陽臺，較適合家族集會和居住。每間套房皆採用不同的設計，令人有新鮮感。Straits Quay的4樓設有游泳池，一大早醒來，可利用無人游泳的便利下水裸泳。

Straits Quay有一條寬敞的人行道，可直達Gurney Drive（葛尼道）。若黃昏時分與伴侶漫步於這條清幽的長道，可促進彼此的親密感。它是一條可培養羅曼蒂克氣氛的情人道，而Gurney Drive是黃昏之後相當繁忙的購物小食天地，各種美味小食包括海鮮應有盡有。這是一趟安排的相當完美的景點，從臨近的美味路邊小食至公寓內附設的高尚餐館和臨海的優美格調居住環境，皆涵蓋在精緻的旅遊策劃內。

第二天是在Flamingo Hotel享用自助午餐，內設180種道地美食，年長者還可獲得半價折扣，僅付馬幣14.50即145台幣。這間酒店只在星期天供應自助午餐，因沒法通過網絡預定，只好拜託大馬好友幫忙預定。行程中也有安排至檳榔律購買土產和batik衣服，這裡的土產和batik價格公道，避免到其他的土產店被'濫殺'，這是一般導遊找額外收入的捷徑。

住在檳島的其中兩天裏，爲了方便大夥兒的出入，租了兩部私家車供使用。

在檳島過了4天，7月3日一早乘遊輪赴朗卡威。爲了方便天體族友們的出入和消費預支，就在朗卡威的鬧市區租了有點馬來風味的Desa Motel汽車旅館，一晚僅是臺幣600餘元，房內皆具備酒店該有提供的基本設施，晚上還可步行至鬧市中心購物。Motel的對面是新穎高尚的fave hotel，兩天的早餐皆在fave hotel享用台幣150元的自助餐點。有些族友則一大早起床到對面酒店的泳池游泳。此安排真是消費低廉，卻是高級享受。

旅遊朗卡威必須出海才好玩，除了租船找尋無人島供族友裸游活動，還安排他們赴Geopark地質公園遊覽，間中穿插越過紅樹林觀賞和餵食老鷹，猴子和魚，及進入蝙蝠洞等。

朗卡威之旅較理想是4天3夜，因時間安排有些緊密，只能做3天的遊覽，有些預設的行程會因天氣和非預期的技術性問題而會有彈性變動。

5日搭乘下午5點15分的渡輪從朗卡威至檳城已是晚上8點半，回Straits Quay的餐館

吃完晚餐後，則準備第二天赴吉隆坡入住Bukit Bintang的酒店。Bukit Bintang是一條街道的名稱，這條街道及鄰近街坊皆佈滿了各式酒店，有昂貴、廉價、商旅、汽車旅館、供背包客的宿舍等和各式飲食，真是應有盡有。若非旺季，此處可不須預定住宿。下達Bukit Bintang，大夥兒隨性地在鬧市找了一家印度檔口，吃了頓富有印度風味的餐點。

這趟天體之旅並不僅僅是天體，它還包括美食，去到哪兒就吃到哪兒，有高檔的餐館、也有路邊美味可口的小食。另一種不同的體驗也包含與海外天體族友的交流。

今年的二月份，我透過網絡加入泰國天體成爲會員，直接和間接的接觸了擁有豐富經驗的海外天體網友，同時獲得來自吉隆坡的Tim、新加坡的Victor和印度的Sandipan加入這趟行程。爲了確定他們的參與意願，我請他們匯款和以機票為証。每人每天交台幣兩百元作爲旅遊的行政費用。在與海外人士的交流中，發現了一些有趣的事。根據Sandipan的描述，老外喜愛靜靜地享受日光浴，較喜歡小團體閒聊，是屬於靜態的。而台灣天體族則像朋友般一起活動，個性較坦率，傾向動態型。

Victor認爲泰國婦女一般上不會參加天體活動，她們皆屬於保守型。甚至一些在夜總會當衆表演脫衣走秀的職業女郎也不敢大大方方的走入天體。這是他發現的有趣現象。他認爲以泰國的情形相較臺灣的天體，泰國距離臺灣還很遙遠。泰國婦女會參加天體的，幾乎都是嫁給老外，由丈夫帶動才會進入天體營內。

Tim是一位較拘謹和做事小心翼翼的大馬天體協會網站的年輕主持人，他在馬來西亞是第一次接觸天體活動，感覺相當好。我希望這次邀約活動能打開他拘謹的心扉，令他更能夠迎向天體的朝陽，享受天體的自在和族友的熱情。

在吉隆坡我們會見了一名印裔天體人Alves，他接觸了我們這批天體族友之後有感而發。他認為臺灣天體人較友善，不分種族和階級。同樣是華人的馬來西亞人則有種族歧視的現象。

策劃這趟天體樂活之旅是我人生的第一次規劃。最先遇到的困難是天體族友之外的人士不停的「警告」和「規訓」，如「千萬不可在馬來西亞參加天體，被捉到你就完了。」、「你還想在教育界服務嗎？」等等；接著的困難是「馬來西亞有供天體的場地嗎？」；還有「馬來西亞的法律對天體的包容界限」等問題。最終發現，這些都不是問題，端視你是否能夠勇敢地面對，妥善地處理和迴避以及夥伴們的包容，接納和瞭解。精神力量的支持和過後的回饋則是我勇往向前的動力。很慶幸彼此能夠把快樂和能量相互奉獻和分享，相信這趟別開生面的天體旅遊交流，會讓越來越多的海外天體人瞭解台灣天體，同時，吸引他們到來台灣做進一步的交流。屆時期盼已成形的臺灣天體會帶動台灣的旅遊業朝向更蓬勃的發展。

性別身體

文/蘇紀瑋

A photograph of a person's back with a large pink flower tattoo. Overlaid on the image are large, stylized Chinese characters. '異性' (Heterosexual) is in green, '戀' (Lovers) is in green, and '菊花' (Chrysanthemum) is in yellow and pink. The background is a bright blue gradient with white splashes at the bottom.

異性 戀 菊花

最近，在網路論壇上看見一個議題：

「男生能接受女伴戴假陽具跟自己肛交嗎？」

雖然這議題下的回應大多看的出來是異性戀男性來回應，所以大部份的回應是

「百分之99的男性都不能接受吧！」

「除非是雙性戀才會同意！！」

「正常男性都不可能接受呀！！」

從這些回應中看的出來，男性從小就不被教導探索自己身體關於性方面的需求，較多時候都只會向著「喜歡什麼性別/性向」的角度去探索，而當確定自己的「性別/性向」後（通常經由色情片來建立對自己「性別/性向」的確定居多），對於此「性別/性向」之內不曾聽聞的，性動作/玩具/姿勢/等都採以不嘗試之行為，甚至較多時候是帶以一種，錯誤或不求甚解的心態/語言去評論這種議題。

其實肛交沒有什麼，只要你跟伴侶做好事前肛門擴張（含事前/事後清潔）及性玩具的挑選，抱著嘗試的心試試看，可能會從中得到性樂趣！當然，肛交不會也不應該和「同性戀」或「雙性戀」等「性向」問題相互聯結。

因為肛交只是性行為中的一種，它本身就不代表任何「性向」的立場，只是在華人社會裡的性教育及性資訊，較多時候將「肛交」與「同性戀」或「性少數」等詞彙聯結，再加上對於異性戀性教育氛圍，都是以生殖性行為為主，所以較多的異性戀者，在潛移默化之下，就會演變出不能接受的觀念，也容易認為那是其他性少數「特有」的性行為。

殊不知，身為異性戀的你/妳們，也有資格與條件玩「肛交」呢！開發你們的後庭，為彼此的性生活增添一點新鮮感吧！



受訪/Wonder
採訪整理/詢子

性感
情趣

相約到戶外

Fucking outside

做愛

Q：為什麼會想要在戶外做愛？

我和太太都熱愛旅遊放鬆心情，時不時就會開車或騎機車出去玩，甚至白天或晚上散步時，只要不會被偷窺到或感覺較隱密的地方，我們就認為是安全性較高，是可以性愛的地方，而且每次戶外性愛都是不經意臨時起意的發生，這種感覺才刺激才享受。

Q：最常去的地點是哪裡？

像有時車子行經荒郊野外四下無人的大馬路上，我就會將車子停到路邊，一時性起，就在車燈下做愛，或者是在晚上飯後我們到不特定的公園散步時，剛好走到合適的場景，就採後背式的做愛；例如文化中心周遭樹木很多，樹下也有很多隱密處所，也留下不少痕跡；若是車震時，我通常會把車門打開，不但通風也掩人耳目，海邊碼頭的草

坪中央，曾是最常去做愛的地方，大地為床，夜光為幕，何等享受的性愛空間，當然在這些空間做愛，僅只能脫光下身，不能全身脫光光。

Q：在戶外做愛，不用培養心情嗎？

我一直認為做愛隨性就好，隨著自己的心理和生理的需求，不用執意培養，反而感覺更刺激更緊縮、更容易達到高潮。只要能夠走到合適的地點就能做愛。有一次，我們在樓梯間狂做猛做，做完愛才抬頭一望，竟是一座神明像端坐在那裡，那一次真的很懊悔地點找的不對，但都已經做完了，對神明大不敬也無可奈何，只能說聲對不起了。山區的每個地方我們也都差不多都做愛過了，只要你說得出來的地點都曾留下我們的「精跡」。美術館也有長長的二條椅子，主要是怕別人看到，否則那個地點做愛最好。郊外空氣真正好，我也很喜歡在溪邊做愛，做完順便洗一洗又很乾淨。

Q：印象最深刻的是地方在哪裡？

記得43年前的陽明山擎天崗的那片大草原，有一次我們在那裡做愛完剛好下起大雨來，也就剛好藉著雨水洗完下體，一舉二得，那是唯一的一次，以後就沒再去，讓我永生難忘。

有一次我們也曾走到荒郊野外的道路旁做愛，碰巧有二輛車經過，我當時想，閃避也已經來不及了，那條路非常狹窄，我們兩個人光溜溜的，原本想要找一個樹葉當遮蔽物，後來心一橫想說豁出去了！沒想到車子開過去，其中一個女生搖下車窗來跟我們打招呼，自然到不行。所以我覺得不管去到那裡玩，想做愛就做，二人互相刺激就不要有道貌岸然的心態。而且我覺得在室外做愛莫過於山上最好了，除了人煙稀少空氣又很新鮮，的確是最好的性愛空間。



另外，在下雨天車震最好，外面下大雨，大家都忙著躲雨，根本不會理會車子裡面有沒有人，而且窗戶都因下雨而起霧，更看不進來。下雨天騎機車讓女生摸著陽具的感覺也是茫酥酥的，但有點危險就是了！我也曾去過島上的海邊做愛，山上的景觀台也是做愛的好地點，有次騎機車去森林公園的途中，一路上停下來做愛就有6次之多。

Q：在戶外做愛，不怕被看到怎 辦？會不會軟掉？如何預防被別人拍照？

如果做愛到一半，發現有人前來或路過，我很擅長現場危機處理，就假裝是在照相寫生，跟走過去的人說，不好意思，我們在進行人體寫生，要有不怕別人看的心理準備，別人也就不再逗留了。若對方想拍照，重點部位掩蔽好即可，我們也都無所謂的。

我覺得一旦要走出去到室外做愛，心中要很清楚這是一種不拘束的自由，甚至要入境隨俗，如此你的陰莖插入女生的陰道內才不會受到外界干擾而軟掉，所以要放下心的經常做愛才行。

Q：曾經在性生活當中感覺到疲乏嗎？

有句話說「男人小頭硬了，大頭就軟了」，我在年輕時代一週有4到5次的性愛，現在73歲了，一週還有2次。過這麼長的生活，彼此性愛當然會彈性疲乏，這也是每個人自己要有所認知，因此，當一個女生來給你滿足享受時，你不要有傷害她的想法，平時就要懂得用愛來培養。

Q：如何保持性生活的熱度？

保持健康是很重要的，我本來就是熱愛爬山運動的人，自從去年右腳受傷縫了21針之後，休息6個月才恢復爬山，但休養期間還是沒有停止做愛，可以說是做愛做好的。

當然，我對戶外做愛空間的地方也難免會喜新厭舊，每一次都會改變地方，但並不事先規畫下一次的做愛地點，有點臨時性起才不會失去刺激的感覺。而且我去到山上通常會說請「山神退開，土地公婆去玩」的話，以示尊重。

Q：在你的人生中，對於性愛，還有哪些體會？

人生無常！男人都是生理解放而已，飛出去的鳥也還會飛回來，我在20歲時還在花父母親的錢，25歲出社會工作，經過了35年，60歲退休，假使你會計算，幾乎有3分之1的時間都在睡覺，真正醒著只有10年，你如何在有限的時間去做喜歡的事情，這才重要。很多人忙著工作，就忽略了性愛生活的經營，但拚事業不差這麼一天吧？顧著工作不好好生活，這就是放不開的想法，休息是為了走更遠的路，有空就帶伴侶出去玩，才一天的時間，也不會讓你賺到更多的錢，何必捨不得放自己假呢？

weeking outdoors

文化觀察

文/丘愛芝（國際陰陽人組織-中文版創辦人）

「國際陰陽人組織-中文版」

中國現身之旅



話說「好事多磨」，我覺得恰好用來形容我這次的中國現身之旅。的確，計畫永遠趕不上變化，變化也不見得就不優化，如果好奇的話，就請聽我娓娓道來這趟我認為充滿祝福的好事之旅！

「好事多磨！」

雖然自2008年起我已經創辦了以全球說中文的陰陽人朋友以及關心與想瞭解陰陽人的社會大眾為服務對象的「國際陰陽人組織-中文版」，但是與大陸朋友的接觸，除了自2011年起為中國陰陽人朋友開設QQ群的網路接觸之外，尚未能有機會踏上中國本土，親自將陰陽人的議題帶到大陸與中國的一般大眾們分享。在中國以肉身現身一直是在我的願景之中的一個重要任務，更是在中國的陰陽人朋友所引頸企盼多時的，因為那裡不僅是世界中文使用者的大本營，從人口的比例上來說更可能擁有人數最多的陰陽人朋友，是「國際陰陽人組織-中文版」完全不能忽略，甚至可以說是主要的服務所在。

其實，這個機會在去年曾經想透過參與北京林業大學所主辦的「多元性別研討會」展開，但因議題敏感而臨時受政府之命喊卡。雖然如此，卻也讓我有了充分時間準備參加去年三月的第五屆香港性文化節，先在香港對大眾播下認識陰陽人的種子，香港的執業中醫師細細老師更接下了棒子，成立了「藩籬以外，認識和關愛雙性人」的組織，讓香港的陰陽人朋友有一個專屬的支持與避風的所在。原本的北京行亦相邀同行的細細老師更在研討會取消下將行程改至北京同志團體分享關愛雙性人議題的演講，也為我今年的北京現身行動預先鋪好了路。



幸運的是，今年年初收到北京人民大學將於六月下旬於北京舉辦二年一度的「中國“性”研究國際研討會」的消息。有趣的是研討會設立了一個草根組織報告的類別，特別歡迎草根組織的報告，正好讓我有機會向大陸朋友正式介紹「國際陰陽人組織-中文版」，好好整理與呈現我們這幾年來實踐的目標、策略、行動與成果，希望這些努力能夠透過我的肉身現身，將陰陽人的議題真實地帶給中國的學術界與LGBT運動的實踐工作者，讓他們不僅能夠親眼看見一個活生生的陰陽人的存在，並期待往後在他們的實踐領域中能夠不忘喚起大眾對於陰陽人議題的正確認識。

在向人民大學提交的報告摘要尚未得到回覆之前，由於第二屆的世界陰陽人論壇仍然只有我一位是來自亞洲的陰陽人，我體認到自己對於亞洲陰陽人社群的開發與協助是有責任的，當下決定加入ILGA會員之外，也促成了我決定在三月底時飛往泰國曼谷參加了也是二年一度的ILGA-Asia大會，目的就是想將陰陽人議題帶到亞洲同志運動界，希望在亞洲播下陰陽人覺醒意識的種子，讓亞洲的陰陽人朋友有機會認識自己、互相支持並進而在國際陰陽人社群發出自己的聲音。然而這次的旅程意外的與來自中國的龐大隊伍相遇了，彷彿老天的安排，一次讓我與中國主要的同志運動組織工作者見面並認識了，為我的中國現身之行更促成了直接的連結，其中幾位成員更是去年接待香港細細老師的同志團體，對於陰陽人的議題已經有初步的認識，對於我的到訪更是十分期待。果然，回台後即順利接到報告摘要通過審查的通知，隨即展開此行的公開演講行程安排，為了在此行中盡可能向更多的朋友傳達陰陽人議題，除了研討會的報告之外，我在預定訪北京一週的時間內，另外安排了三場公開分享。最後確認的是在北京女同志中心、北京同志中心與剛好正在北京舉行的北京酷兒影展。

LGBT Plus “I” 的世界趨勢

身兼一個博士生與性別運動組織的創辦人，我一直認為透過學術會議與同志運動社群來推展陰陽人議題是一個既安全又快速的途徑，特別是去年在瑞典斯德哥爾摩舉行的第16屆ILGA世界大會已經全體一致通過，將設立陰陽人秘書處，正式將陰陽人權益的爭取納入ILGA的架構之中，雖然不同於LGB（女同性戀、男同性戀、雙性戀）的性傾向或T（跨性別：男變女、女變男）性認同的，陰陽人主要的歧視與傷害是主流社會不能接受生理構造異於典型男女兩性所帶來的，但陰陽人與LGBT朋友同樣遭受的是社會對於人類的性的無知、偏見與誤解所帶來的歧視和傷害，不論是在生理上、心理上與性別表現上都和

LGBT朋友所遭受的不公對待相當類似，此外陰陽人族群本身也有LGBT的朋友，當然也有不少異性戀者，但爭取共同的基本人權應是共同目標，與性傾向認同無關。

ILGA身為全球最大的同性戀運動聯盟，自2008年起已經將陰陽人 (Intersex) 納入其組織的名稱之中，揭示了全球LGBT運動與陰陽人運動結盟、並肩前進的趨勢，2011年起更主辦了世界首度的陰陽人論壇，正式傾聽全球陰陽人運動者的聲音，協助全球陰陽人運動的發聲。我身為「國際陰陽人組織-中文版」的創辦人可以說有幸搭上了這世界同運的潮流，更確認了透過同運的組織與路徑來傳遞陰陽人議題的策略。中國的主要同運組織也早已與ILGA連結，可以快速地接觸與理解這樣的理念，只是在陰陽人仍屬相當受歧視與誤解的中國，陰陽人朋友可能還難以有足夠的資訊、資源與能量能夠集結成運動組織來為自己發聲，「國際陰陽人組織-中文版」在大陸的QQ群的人數雖然是目前聯絡中最多的地區，目前的條件仍舊只能達到線上互助的功能，只要社會大眾對陰陽人的態度未好轉、沒有正確的認識，陰陽人運動現身的條件就難以成熟。所以，我與「國際陰陽人組織-中文版」在中國的現身就越顯重要！

由於在很短時間內在同一個城市舉辦演講，我特別設計了不同的分享交流形式，並且早在二個月前就開始在我的新浪微博上陸續宣傳，包括在北京女同志中心的簡報分享形式與很榮幸爭取到的，在北京同志中心進行一部澳洲陰陽人紀錄片放映與分享會，北京酷兒影展的部份則是受邀參與其中「邊緣中的邊緣」這個單元的映後座談嘉賓，與來自全中國各地的影展參與者對話。對這三個單位來說，我都是首位現身交流的陰陽人，與會者雖然對於陰陽人議題仍相對陌生，但對於關注LGBT運動圈的朋友來說，對於陰陽人處境與議題的理解較一般人更容易感同身受。

中國現身現場直擊

北京女同志中心：「從愛出發的全球擁抱陰陽人運動」

2013年6月16日是我到中國的第一場分享，地點就在「北京女同志中心」。沒想到「北京女同志中心」竟然是由一群中年女同志共同集資私人支持並設有一專職人員的機構，雖然是私人機構，但辦活動的頻率卻十分頻繁，活力十足。由於位處一住宅大樓內，房東與社區人士對於同志議題仍然十分敏感，因此十分低調，並非如想像中是一個十分公開與公共的同志活動場所，多數參與活動的朋友都是事先聯絡或者是老朋友。當天由於下雨，北京交通堵塞，影響了當天的出席者意願與出席時間，聽眾是陸續增加，然而小而美

的空間竟也剛剛好滿座，一同在下午茶的气氛中，一邊品嚐我從台灣帶來的伴手禮鳳梨酥，一邊聽著我的故事。由於我自身的成長也是從女同志開始摸索，所以在北京女同志中心的分享，我特別將自身在台灣參與女同志運動的歷程與經驗做更多的分享，其實這段年輕時代在同志運動中參與的經歷，可以說裝備了我開啟華人陰陽人運動的知能，讓我在決定以陰陽人身份現身之後，很快的上了軌道，長出自己的運動方向與路徑，除此之外，當然還有國際陰陽人運動者的典範與支持，才能幫助我一步一步的前進。而我也帶著回饋的心來傳遞我所習得到的經驗與能量，由於共同的女同志經驗，也讓我們之間的共鳴越來越大，到場的朋友們都十分感謝我的分享，陰陽人真是他們過去未曾關注過的議題，也沒想到可能會與同志議題相關，不斷的提出各種問題，所以原本從下午二點半開始的二小時的分享，一直延續到晚餐後，直到不得不分手去趕搭捷運末班車。然而，對我來說，這是生命中多麼重要的時刻啊！

第六屆北京酷兒影展

2013年6月19日臨時受邀出席「第六屆北京酷兒影展」開幕式，意外地來到由台灣晶晶書店轉戰北京的阿哲所開設的「双城咖啡」，在異地感受到故鄉來的人情味立刻帶領我和阿哲相認，認識阿哲正是台灣同運剛萌芽的時期，雖然僅止點頭之交，卻在近二十年後在北京相遇時，說著是故鄉人才懂得的心裡話。這一刻讓同是來自台灣，同為中國同運分享一點助力的我們感到驕傲，雖然我們的力量微薄，但我們都努力傳遞。

看到北京酷兒影展在如此嚴酷的政治環境中奮力地存在，實在很感動。由於影展內容與議題對於北京當局仍屬相當敏感，使得這個影展從誕生起就沒有不被官方干預的一次，即便如此，卻一點也沒有澆熄這群酷兒影展策展人的意志，反而發展出史上最低調的宣傳與最神秘的影展觀影形式，不僅影展的觀眾是事先向全國招募挑選的、影展地點更場場不同，且不對外公佈，直到日期接近時才剎時揭曉，這層層的神秘作為目的就是要讓影展順利完成，不再受官方的突擊而嘎然而止。這是生在台灣的我難以想像的場景與處境，而我能有機會受邀參與這個生命力如此強韌執著的影展，實在感到十分榮幸，更令人容動的是，這是由一群中國年輕人所創造與堅持舉辦的，並且不斷有新血投入。本屆的影展好不容易首度未受官方干擾地順利完成，可見影展本身在中國也是身處「邊緣中的邊緣」，猶如我這次所受邀的單元名稱一樣，生存不易。這次影展雖然沒有陰陽人議題的影片，我的受邀座談也可以說是在邊緣中的邊緣的現身發聲，對於大多是新一代的年輕觀影者來

說，生理性別也呈現光譜一樣的現象是過去未曾理解的現象與觀點，陰陽人議題對於影展與觀影的朋友都是首度的開啟，激起了許多對話。

人民大學國際性學研討會「國際陰陽人組織-中文版」草根組織報告

就在動身回台的前一天，2013年6月23日上午，終於到了我在人民大學的研討會上向學術界現身的時刻了，我循往例穿著我的「Free Hugs with Intersex擁抱陰陽人」的招牌T-Shirt上場，由於主持人剛好是來自台灣的甯應斌教授，讓我頓時輕鬆許多。已訪北京近一週的我已入境隨俗，說話不僅語帶捲舌音，還說得極快且大聲，既是草根組織報告也不需拘於學術用語，一上台就表明我的陰陽人身份、是來中國現身和與大家擁抱的，一下子就獲得滿場的掌聲，很快的唱做俱佳地報告了「國際陰陽人組織-中文版」自創辦至今努力的故事、成果與展望，其間許多與會者不停地照相，顯示大家對這個議題的興趣，報告結束後也得到不少朋友的擁抱與鼓勵，甯應斌教授也對我的報告予以肯定，表示這是這個研討會自首屆以來第一次出現的陰陽人議題，大會贊助方福特基金會的朋友也表示對於我的報告非常喜歡，讓我為此行吃下了定心丸。其實研討會的時間都非常有限，我期待與會的學術界朋友能夠在教學與研究時傳遞我所報告的對陰陽人的正向觀點，轉變傳統華人社會對陰陽人的誤解與歧視，改善陰陽人的社會處境。當然這些都不是一觸可及，必須從播種開始，也是我此次卯足勁所想帶來的！會後就有研究生的訪談邀約，但我必須趕往此行最後一場重頭戲-「筆路”蘭”縷的交會-陰陽人的現身與對話」，也就是在北京同志中心放映澳洲陰陽人紀錄片「筆路”蘭”縷豔陽天」(Orchids: My Intersex Adventure) 與映後座談。

北京同志中心：「筆路”蘭”縷的交會-陰陽人的現身與對話」

這部影片應是在中國公開放映的第一部陰陽人紀錄片，若是去年的計畫成行了，也就不會有這樣的機會了，因為這部向台灣女性影展情商借調而來的澳洲陰陽人紀錄片是去年才引進台灣的，我有幸多次受邀現身在全台巡迴放映現場與觀眾座談，也透過網路認識了該片主人翁兼導演，雖然沒能趕上本屆的北京酷兒影展，但還是順利獲得女影與導演的支持與同意，讓我免費將這部片帶到中國分享，他們都理解此行的重要意義。在中國，媒體對陰陽人的報導時有所聞，但從來少有正面的觀點，幾乎一面倒地是將陰陽人視為可憐的兩性畸形，這樣的社會氛圍使得陰陽人朋友難以靠近與認識自己，更不易自我接納，我所

接觸的大陸陰陽人朋友多有自殺的想法，類似現象在全球其實也是相當常見的，因此這一部由陰陽人朋友現身說法，展開尋找其他陰陽人朋友的自我追尋之旅的紀錄片就顯得意義非凡。

北京同志中心也是一個小而美的空間，是北京同志活動的大本營，辦活動的能量非常高，是服務北京甚至是推動大陸同運工作的重要基地。在此舉行的活動會得到許多同志組織與同志朋友的關注，相當能夠擴大宣傳的效果。這一場的觀眾也是剛剛好滿座，放映結束後，剛好可以圍坐成一個圓，進行提問與分享，由於時間有限，我以回答觀眾提問為主軸，快速地帶進我的故事與經歷，進行東西方陰陽人的處境比較與對話，盡可能在最短時間內做最多的分享，觀眾的反應相當熱情，不時鼓掌，一位剛好在北京的英國陰陽人朋友在現場，雖然聽不懂我們的對話，卻也感受到相當強大的增能，對於現身分享的能量感到十分驚訝，讓他興起回英國後也開始展開這樣的現身分享，並要求我授權我的「Free Hugs with Intersex擁抱陰陽人」的舉牌能夠讓他帶到英國使用，對我來說這是一個意外的禮物！我也感謝當天選擇到場的來賓，在這一天一起參與並見證了這個歷史時刻，並與觀眾們擁抱拍照留念，將「擁抱陰陽人」正式帶到了北京！完成這次的中國之行的使命。

好事 Plus

在北京期間，也安排了與幾位大陸的陰陽人朋友見面，這一段深刻的相會對我來說更是此行的好事一樁，無法在此以三言二語講完，也尚需要經過時間的沈澱，就留待以後有機會再為文分享了！最後我想說，感謝促成這次現身之行一切的天時、地利與人和的條件配合，在中國的陰陽人運動和支持工作還有待更多的努力，期待更多的朋友看見與關注這群邊緣中的邊緣人，讓我們早日能夠抹除無知造成的污名，得到平等對待、自由自在的生活。陰陽人也是人，一樣需要尊重與被愛！

影
音
世
界

我的性愛六堂課

My Awkward Sexual Adventure



片名：我的性愛六堂課（My Awkward Sexual Adventure）

（港譯：取西經；中譯：我的尷尬性之旅）

出品國：加拿大

出品年：2012年

影片簡介：

一名工作精打細算，但床上總是讓女友睡著的會計師喬登，在某次和女友做完愛後，隔天上午幫女友做了愛心早餐，正打算向她求婚，然而，女友瑞秋卻晴天霹靂的告訴他：我不想一輩子只跟你做愛！無法接受自己因為「床技」遜而被淘汰出局的喬登，飛到好友的住處，和這名打獵高手的好友同住，就在他酩酊大醉被丟出脫衣舞酒吧的時候，被一位脫衣舞孃茱兒撿回家。兩個人於是產生交換條件的想法，喬登請茱兒教他性愛技巧，交換的是幫忙茱兒解決債務。於是兩個人的冒險旅程從此展開.....



這部影片是一齣「話題」比「畫面」辛辣的性電影，裸露的場景不多，也沒有真槍實彈的看到性器官，於是觀眾得以安心的瀏覽她們在影片中任何和性有關的對話。脫衣舞孃在一開始是如何展現她的專業？就在男主角被甩仍念念不忘的想要找辣妹合拍，為的就是氣他的正牌女友，此時他和脫衣舞孃的第一次碰面，竟然希望她幫忙拍一張「性感照」，結果脫衣舞孃跨坐在喬登身上，馬上拍出一張喬登深埋女友胸前的慾照。

影片中的「六堂課」，是脫衣舞孃和喬登互動出來的點子，分別是「身體按摩」、「淫聲浪語」、「扮裝」、「SM」，最後一堂則是親身練習題：「口交」。這六堂課其實是男女伴侶或夫妻間的性生活的六個基本觀念，在當中例如瞭解身體性感帶、愛撫、髒話（**dirty talks**）及口交都是普遍性較高的房事話題，然而在這六個觀念裡有兩個小觀念牽涉了開拓自己的身體形象，還有藉由性的行為抒發自己內心底層壓抑的慾望，亦即「扮裝」與「SM」。

對於華人的社會文化觀念，這部影片即便沒有很露骨的床戲畫面，裡頭輕鬆自在展現出的性議題，反而比「性交」本身更值得探討。扮裝是茱兒派給喬登的一項功課，為的是要讓他欣賞自己的女性特質，而如果面對女友要懂得柔弱，僅是換穿女服恐怕只會被誤認為「終於出櫃的同志」，更甚於「展現女性特質」。這次體驗的同時，喬登的女友瑞秋也同時在經歷他的性冒險，瑞秋參加了變裝群交派對，她扮演白

雪公主，讓一個男人從背後插入，但是做到一半她突然轉身對男人說，「你的陰囊撞得我好痛」，然後她揮了揮皮鞭，走向下一個人。

女人的性慾和性自主，在影片中得到最好的展現，瑞秋和一對男女玩3P、參加扮裝群交派對，而且和喬登分手的理由竟然是「做愛做到睡著」，這在在展現了歐美文化和華人文化對「性」存有天壤地別的立場。而脫衣舞孃茱兒，身為喬登的「性愛導師」，她和喬登扮演SM，讓喬登站在鞭打者（S）的位置，茱兒則用語言和肢體表情引誘喬登釋放「內心的惡魔」



最後，茱兒教喬登「如何舔哈密瓜」，是的，無論在世界上任何一個國家，男人和女人都是不同的身體和腦袋，男人沒有陰戶，於是只能從A片學到如何幫女人口交。口交雖然有天分之差（舌面大小、靈活程度），但性技巧還是可以「後天學習」，喬登從胡亂舔到瞭解應該舔陰蒂的哪一個地方，還有如何對待陰唇。茱兒於是派自己的陰戶給喬登當練習品，作為六堂課的「成果驗收」。

這部影片藉著辛辣的性愛話題，回到一般通俗愛情片裡的核心：「尋找真愛」，於是，喬登知道女友瑞秋想要挽回他，是因為他可以讓她很放心的出去遊玩，回到家還是有一個顧家的男人。喬登選擇了脫衣舞孃，幫助她籌開了夢想中的餐廳，雖然影片沒有交代是否離開脫衣舞孃的工作，茱兒也覺得喬登才是真正讓她有所依靠的男人。



讓我們假想不同的結局，喬登繼續留在女友瑞秋身邊，兩個人的性生活終於改善，瑞秋性慾還是比喬登高，於是出外繼續實踐「不想和同一個男人過一輩子的性生活」之理念，喬登偶爾還會以「教導性愛」為名，向茱兒請教，這會是一種理想式的開放關係。

不過，這部喜劇式的電影，最後還是帶給觀眾一點夢想，讓脫衣舞孀培訓了一名比原工廠出品時更MAN、更有肩膀的男人作為靠山。兩個人不是在性愛上精進，而是轉為經營餐廳。那些辛辣的畫面和用字遣詞，僅僅是陪襯兩個人見面互動的愛情故事，但是如此「性化」的磨合過程，不正說明了，在床上相容（交融），床下什麼困難都可以迎刃而解，因為兩個人隨時都在心連心。

華人性健康研究

Chinese Sexual Health Research

徵稿訊



《華人性健康研究》(Chinese Sexual Health Research) 關注大眾的性生活、性健康，主張不分年齡、性別、性傾向、性癖好，都應擁有獲取性資訊的權利和管道。

本刊定位於性學議題通俗化、性學知識實用化，每期內容包含醫藥、保健、心理、社會、文化專欄；以及性別與身體、LGBT、性技巧、性玩具教學、實用書評及影評。

《華人性健康研究》隸屬於「世界華人性學家協會」(World Association of Chinese Sexologists) 電子雜誌，半年刊，每年6月及12月發刊，掛載於世界華人性學家協會網站 (<http://www.wacshome.net/>)。

徵稿主題：

- (一) 性趣新知：關於性健康的醫學保健、心理、社會、文化的議題，來稿請以科普文章形式撰寫，字數為三千字以內。
- (二) 研究評述：對於性健康相關的研究文獻之綜合評述，來稿請根據APA格式撰寫，字數為一萬字以內。

來稿請註明投稿專欄及姓名(筆名)，本刊物為非營利出版品，不另致稿酬。稿件版權歸屬作者所有，敬請尊重智慧財產權。

主編

林宛瑾

E-mail : shuddertothink99@gmail.com