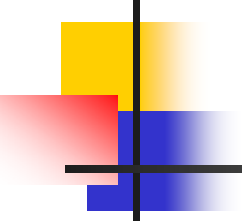




性別平等教育— 當愛已成往事

高雄長庚精神科
呂錡濡心理師





宜蘭情殺案 男殺女再自焚跳樓身亡

宜蘭縣羅東地區傳出情殺，二十六歲男子李O達不滿女友提出分手，在租屋處將21歲女友吳O菱殺死之後，自己再跑到七樓樓頂自焚跳樓，送醫後不治身亡。 970830

恐怖七夕情殺案 倒楣小黃變兇車

七夕情人節，台北縣發生一起情殺案；一名男子搭計程車跟蹤前女友和新歡到賓館，突然拿出預藏尖刀刺向前女友胸口，男子隨後在計程車上舉刀自殘，送醫不治。



疑似情殺案 男殺女再自殺

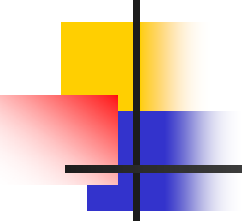
970819清晨6點，台北永和發生一起疑似情殺案，男子服用安眠藥並割腕，送醫意識不清，女子則是左胸口被刺了一刀，胸部以下全是血，到院前就已經死亡，警方研判男子殺害女子之後再自殺。





懂得分手藝術 拒絕「戀愛暴力」

近來情殺事件頻傳，一再發生感情糾紛所導致的不幸事件，「戀愛暴力」已成為現代社會不能忽略的課題。根據現代婦女基金會公布的新聞調查顯示，從96年1月至97年6月底，與戀愛暴力相關不幸新聞就有264件，高達476人受害，其中有36人因而喪命；其中有65%的戀愛暴力或情殺發生原因是「對方提出分手」。由此可見，如何處理分手是當代年青人的一項重要修練。

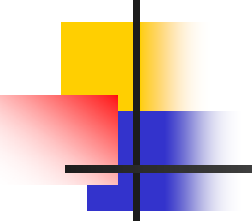


你遇過愛情的恐怖份子嗎？

1. 你認為在親密關係中（包含婚前或婚後）發生下列那一種情形，你會認為第一次受到伴侶的暴力威脅？

總投票數：11626票

1. 不合理的限制你結交朋友或參加社交活動。 5.5% 642票
2. 發生衝突時，威脅要破壞東西、傷害自己、傷害你或你的家人，讓你不得不照他的意思做。 13.5% 1570票
3. 常批評、羞辱、取笑你的外表或身體特徵，讓你覺得很難受。 3.6% 413票
4. 一發怒便不可收拾，對你大吼大叫，令你害怕。 5.1% 597票
5. 發脾氣時，亂丟東西，甚至破壞物品。 3.2% 376票
6. 在你不情願時仍強迫你和他/她發生性關係。 3.2% 359票
7. 隨時想掌控你行蹤，或曾經偷偷地跟蹤你。 3.8% 443票
8. 曾在爭執過程動手推打過你，對你動粗。 4.9% 573票
9. 以上皆是 57.2% 6653票



2. 如果你在親密關係中第一次遭到伴侶上述的暴力威脅，您覺得自己的反應會是？

總投票數：11626票

- | | | |
|--------------------------------|-------|-------|
| 1. 逃避、忽略，冷處理。 | 9.6% | 1111票 |
| 2. 嘗試與對方溝通，希望對方改變。 | 38.4% | 4466票 |
| 3. 向第三人請求協助（如：親人、師長、朋友、專業機構…）。 | 11.7% | 1363票 |
| 4. 用相同的方式回應或報復 | 3.7% | 435票 |
| 5. 認為暴力不應容忍，和對方談分手。 | 36.6% | 4251票 |



男女分手行為大調查

題目由柯夢波丹雜誌提供



通常妳/你是被甩的還是甩人的？

總投票數：43602票

1. 開什麼玩笑，這年頭當然是 我甩人	57.2%	24950票
2. 別提了，我被甩慣了	42.8%	18652票



通常分手後妳/你會希望……？

總投票數：43602票

1. 永遠不要再見面了	25.5%	11114票
2. 繼續當相敬如賓的朋友	23%	10047票
3. 當個偶爾能共度春宵的朋友	9.2%	4031票
4. 把關係昇華變成好朋友	26.8%	11704票
5. 換個新伴氣死他	4.4%	1859票
6. 別把關係鎖死，把她/他當備案	5.4%	2371票
7. 其他	5.7%	2476票

妳/你會因為什麼原因想和他分手？

總投票數：43602票

1. 個性不合	42.9%	18693票
2. 只愛工作	1.3%	577票
3. 很小器	3.2%	1402票
4. 劈腿	24.9%	10847票
5. 性趣不合	3.1%	1349票
6. 有新對象	11.5%	5004票
7. 其他	13.1%	5730票



哪一種分手後的行為妳/你覺得最無恥？

總投票數：43602票

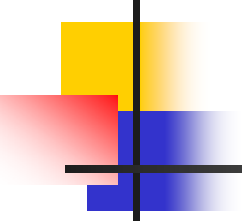
1. 以死威脅對方	16.5%	7185票
2. 交往過程等等公開在網路上，到處說對方壞話	43.8%	19151票
3. 騙對方錢	9.1%	3949票
4. 馬上有新對象	12.9%	5628票
5. 暴力以對	14.7%	6395票
6. 其他	3%	1294票



當妳/你想和他/她分手時，妳/你會有什麼準備？

總投票數：43602票

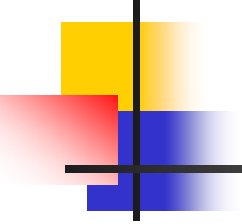
- | | | |
|-------------------------|-------|--------|
| 1. 開始愛理不理，漸行漸遠 | 48% | 20967票 |
| 2. 把放在她/他家的東西拿回來 | 6.9% | 3007票 |
| 3. 開始發出類似「我們需要好好談一談」的警告 | 28.1% | 12232票 |
| 4. 對對方嫌東嫌西 | 4% | 1751票 |
| 5. 一直說是自己不好、自己不對 | 8.6% | 3736票 |
| 6. 其他 | 4.4% | 1909票 |



在哪裡談分手妳/你覺得比較好？

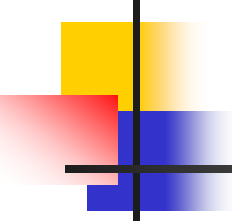
總投票數：43602票

1. 咖啡館	28.5%	12441票
2. 餐廳	7.5%	3267票
3. 酒吧	1.6%	690票
4. 賓館/飯店	2.1%	900票
5. 郊外	9.2%	4028票
6. 家裡	26.2%	11415票
7. 其他	24.9%	10861票



哪一種分手方式最機車？

(Yahoo!奇摩新聞)



現代人談感情喜歡速戰速決，連分手也不例外，
請問：你覺得以下哪一種分手方式最機車？
總投票數：45392票

1. 手機簡訊	21.9%	9923票
2. 便條紙	41.3%	18762票
3. 明信片	16.6%	7543票
4. msn	11.9%	5396票
5. 伊媚兒	8.3%	3768票



愛的別離

分手技巧診斷

世上最困難的事就是和情人平靜地分手。

因情況不同，分手方式也就不同，所以不能只靠一種方法走天下。要告訴大家的是，請你一定要充分做好準備之後，在說出分手的話。

第一問

選擇一個最適合談分手的時機

A、立春

E、情人心情不好的時候

B、情人節前夕

F、交往紀念日

C、聖誕夜

G、情人生病的時候

D、生日前夕



選擇一個你認為是

「分手的決定性理由」

A、身高太矮

G、貧窮

B、體臭

H、嘮叨

C、肥胖

I、憂鬱

D、禿頭

J、笨

E、有怪癖

K、冷漠

F、態度輕浮

L、自我/自私



失戀後你/妳可以這樣做

1. 勇於接受感情所受的創傷，失戀所造成的痛苦、沮喪、失落與孤獨感，告訴自己一定能度過困難，創傷總有一天會痊癒，而且你能找到更理想的對象。
2. 感情的失敗並不等於世界末日，不要以為自己從此沒有人要，不要否定自己原有的優點，失戀是彼此不合適，而不是自己太爛、太差。
3. 一旦知道自己的優缺點，要鼓勵自己改變，培養新的習慣。