



《她非它》教育計劃

「自我形象與性別角色」教材

教師導引

目錄

1	教師導引	頁 2 – 6
2	概念資料頁	頁 7
3	工作紙一：看看專家怎麼說 及 參考答案	頁 8 – 9
4	工作紙二：個案分析 及 參考答案	頁 10 – 11
5	工作紙三 (甲)：我對自己的承諾	頁 12 – 13
6	工作紙三 (乙)：我對自己的承諾	頁 14 – 15

課題	自我形象與性別角色	
教學目標	<p>於課堂完結後，學生能夠掌握：</p> <p>知識：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本「性與性別」、「性別角色」及「鏡中自我」的概念 2. 對香港傳媒中性別角色定型的情況有初步認識 <p>技能：批判地討論香港性別角色定型的現況</p> <p>態度：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 關注性別角色定型的現況 2. 建立自己的性別角色價值： <ol style="list-style-type: none"> i) 如何看待自己/別人的身體 ii) 如何看待自己/別人的性別角色 	
關鍵概念	性與性別、性別定型、鏡中自我 [概念資料頁見附件(一)]	
資料頁及教材	熱身活動	共五個熱身活動選擇，見「熱身活動」資料夾
	主要教學活動	<p>個案研究</p> <ul style="list-style-type: none"> - 投影片 (Self-image and gender role _Chi.pptx) [附件(六)] - 影片片段：“鄭欣宜.wmv” (3’ 53”)、“陳家明.wmv” (1’ 18”)、“劉芊蒂.wmv” (0’ 48”) - 概念教授
	評估	<ol style="list-style-type: none"> 1. 知識及技能評估 (按學生能力選擇以下其中一份工作紙) <ul style="list-style-type: none"> • 練習一：專家的話 <ul style="list-style-type: none"> - 工作紙一：看看專家怎麼說[附件(二)] - 影片片段：“評論.wmv” (6’ 45”) • 練習二：個案研究與概念應用 <ul style="list-style-type: none"> - 工作紙二：個案分析 [附件(三)] - 概念資料頁[附件(一)] 2. 價值評估 <ul style="list-style-type: none"> • 工作紙三(甲)/(乙)：我對自己的承諾 [附件(四)及(五)]
所需時間	80 分鐘	

教學流程

*灰階部分：教師需要選擇教學活動

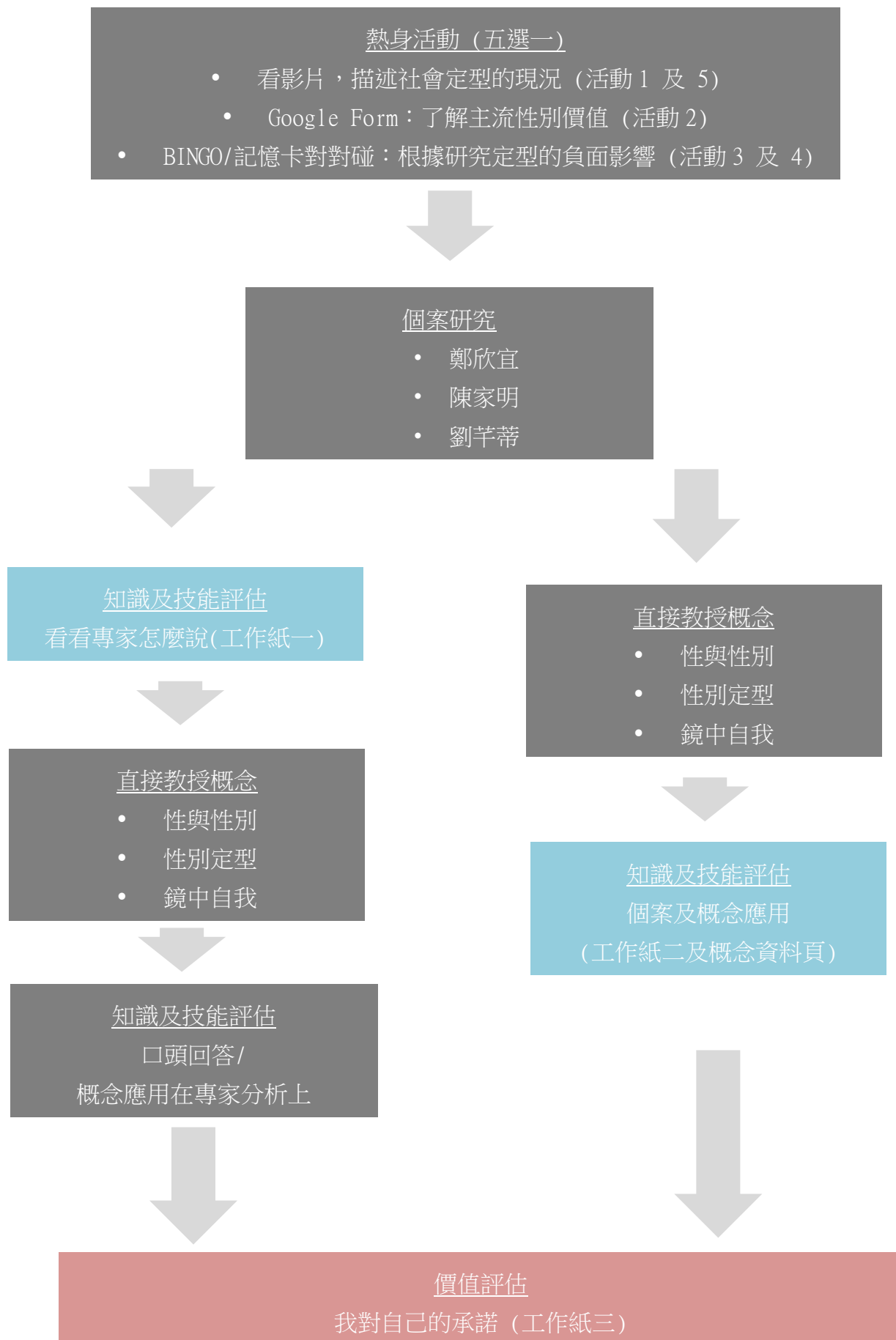
時間	活動	教與學過程	教材	學習過程評估	構思/考慮重點
5-10分鐘	熱身活動	<p>見「熱身活動」資料夾</p> <p>目標：針對教材的相關主題，引起學生的學習動機，以便進行下一步的教學</p> <p>活動 1 及 5：看影片</p> <ul style="list-style-type: none"> 讓學生了解主流社會的定型 <p>活動 2：Google Form 即時統計</p> <ul style="list-style-type: none"> 讓學生反思影響他們的價值觀 <p>活動 3 及 4：BINGO 及記憶卡對對碰遊戲</p> <ul style="list-style-type: none"> 透過統計數字帶出定型的負面影響 <p>-</p>	見「熱身運動」資料夾	學生口頭匯報	五個熱身活動的目標都是引起學生的學習動機，反思影響他們的價值觀(活動 2)/社會的主流定型(活動 1 及 5)/在調查中得知定型帶來的負面影響(活動 3 及 4)，讓他們清楚後才可以針對這價值進行下一步的教學。五個熱身活動各自的目標請看「熱身活動」資料夾。

時間	活動	教與學過程	教材	學習過程評估	構思/考慮重點
20分鐘	個案研究：影片及討論	<p>播放影片及全班按個案討論</p> <ul style="list-style-type: none"> 鄭欣宜 陳家明 	<ul style="list-style-type: none"> 鄭欣宜.wmv 陳家 	個別學生回答教師提問	<ul style="list-style-type: none"> 這活動承接了熱身活動，從實際個案中看主流價值是甚麼，及在數字以外有血有肉的負面影響 <p><u>三個個案的不同重點：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 鄭欣宜：社會主流價值：瘦=美；性

時間	活動	教與學過程	教材	學習過程評估	構思/考慮重點
		<ul style="list-style-type: none"> 劉芊蒂 	明.wmv <ul style="list-style-type: none"> 劉芊蒂.wmv 		格上容易跟隨主流，失去自己 <ul style="list-style-type: none"> 陳家明：減肥的目的是符合社會的主流價值；結果它的副作用令陳家明失去社交生活 劉芊蒂：職業需要，也是社會主流價值；性格上容易跟隨主流，後果亦令自己失去工作 看時間是否允許，可只選擇頭兩個個案 其中一個重點是某些人的性格較易受影響。因為這是價值教育的教材，這些個案的主角除了社會的力量造成壓力，自己的性格也是重點反思的對象
15 分鐘	知識及技能 評估：看看專家怎麼說	<ul style="list-style-type: none"> 寫出片中各講者的談話重點 討論：你覺得有道理嗎？ 	<ul style="list-style-type: none"> 工作紙一：看看專家怎麼說[見附件(二)] 評論.wmv 	寫出專家講的重點 學生個別回答	這個活動跟「概念應用」是二選一的知識評估活動。此活動是設計給能力稍遜的學生，以最短時間掌握不同意見，從中選擇/比較已有的觀點，看看自己是否同意。如有時間，教師可以引導學生發展/討論/深入自己的觀點。
10 分鐘	概念教授	直接教授 <ul style="list-style-type: none"> 性與性別 性別定型 鏡中自我 	投影片講義	兩個情況： <ul style="list-style-type: none"> 如選擇「看看專家怎麼說」，教師只需口頭詢問學生是否能掌握概念/或用在專家意見上 如選擇「概念應用」，教師則採 	<u>重點：</u> <ul style="list-style-type: none"> 性與性別：先天與後天 性別定型：定型的影響/自我實現的可能 鏡中自我：定型的機制 若時間不夠，教師可以只教授「性別定型」及「鏡中自我」。 有關概念的評估，如學生能力稍遜，可只口頭詢問學生有關的內容；如時間充裕，

時間	活動	教與學過程	教材	學習過程評估	構思/考慮重點
				用以下的評估活動	<p>可以嘗試以概念用於專家的分析（例：大眾傳媒上的標準如何是性別定型；跟隨 Facebook/ Instagram 上載照片是鏡中自我的機制等）。</p> <ul style="list-style-type: none"> 如學生能掌握概念，可嘗試用以下的評估活動來分析個案。
10 分鐘	知識及技能評估：「概念應用」（與「看看專家怎麼說」活動二選一）	學生分組討論：選擇其中一個概念來解釋其中一個個案	<ul style="list-style-type: none"> 概念資料頁 工作紙二[見附件(三)] 	<ul style="list-style-type: none"> 工作紙二 學生分組匯報 	此評估活動供能掌握概念的學生分析真人真事的個案。由於個案與生活經驗容易相應，令學生能發展出以概念分析日常生活的能力。教師宜注意學生會否只將焦點放在某一個案。
15 分鐘	價值評估：我對自己的承諾	<p>引導學生對於以下的情況要有自己的抉擇</p> <ul style="list-style-type: none"> 對於自己/朋友的身材和外貌 反思美的標準 我是否覺得要遵守這套美的標準會令自己有壓力？ 如果我服從這套美的標準，是否可以？ 要跟自己訂一個自己能接受壓力的界線 <p>自己抉擇是對自己負責的方法</p>	投影片講義	工作紙三(甲)/(乙) [見附件(四)及(五)]	<p>請因應時間而調整教學模式。如只時間足夠教師讀出投影片講義的內容，也請讓學生完成工作紙三(甲)、(乙)可任擇其一，經過反思寫出對自己的承諾。如時間不容許，請教師讀出投影片講義的內容後，也要求學生答應會思考及作出保護自己的承諾。</p> <p>通識科的目的是讓學生能作出決定(decision)，而非提供標準答案(answer)。性別意識教育是一種價值教育，所以最後這評估是學習過程的重要鞏固。</p>

流程一覽





《她非它》教育計劃
「自我形象與性別角色」教材
概念資料頁

性與性別 Sex and Gender

- 性 (sex) 指男女與生俱來的生理差異；性別 (gender) 則是兩性在文化、社會環境影響下所產生的差異；前者是先天 (nature) 的影響，後者則屬後天 (nurture) 的影響。
- 性別身份 (gender identity) 指自我想像的性別，即實際上我們對自己是男性或女性的感覺。
- 性別角色 (gender roles) 是指依據性別而來的分工、權利和義務。過去，社會對性別角色的描寫很明確，即男人工作養家，女人做家務照顧孩子。現在的性別角色，如同性別典範 (sexual ideals) 一樣，也出現了轉化。

性別定型 Gender Stereotype

- 定型 (stereotype) 指對某一社群的特徵持有一種概括、過分簡略的觀點。定型不一定是負面的，例：意大利人較為浪漫、美國人的運動能力較強等。但這些概括可能過分簡化及不準確，容易有誤導成份，影響我們與其他人的日常交往，引導我們以定型來取代獨立觀察和判斷，令我們的行為和態度有所偏差。例如：我們往往會以為女性的駕駛技術較差，在使用道路時對女性司機較缺乏信心。
- 定型一旦形成，是很難改變的，也可能有自我實現 (self-fulfilling) 的情況。例如：男生被定型為數理能力強，家長往往較積極鼓勵男生在理科方面加倍努力，男生也往往將較多時間放在理科，結果理科成績較文科好，符合了定型。同樣道理，女生被定型為較感性，邏輯能力較差，家長往往對女生的數理成績較寬鬆，結果女生文科成績較理科好，也正好符合了定型。

鏡中自我 Looking-glass Self

學者 Charles Horton Cooley 以「鏡中自我」(looking-glass self) 來解釋我們如何成為一個社會人。他形容自我是人與人不斷互動的產物，在過程中把別人視為一面鏡子，而自我意識是從別人對自己的反映而建立的想法。這個過程分有三部份：

1. 呈現 (presentation)：想像自己的容貌/行為出現在別人腦海中的景象
2. 想像的判斷 (identification)：想像別人對自己的容貌/行為的看法
3. 主觀的解釋 (subjective interpretation)：藉由別人對自己的容貌/行為的看法，成為對自己的感覺以及反應

《她非它》教育計劃
「自我形象與性別角色」教材

小組：_____

請寫出各講者的談話重點

朱順慈 (香港中文大學 新聞與傳播學院副教授)	<ul style="list-style-type: none"> • • • •
陳家明 (化妝師及形象設計師)	<ul style="list-style-type: none"> • •
劉芊蒂 (80 年代電影明星)	<ul style="list-style-type: none"> •
梁麗娟 (香港中文大學 新聞與傳播學院講師)	<ul style="list-style-type: none"> • • •
林少玲 (資深媒體策劃)	<ul style="list-style-type: none"> • •
劉銘麒 (遊戲開發商)	<ul style="list-style-type: none"> • •
何念慈 (臨床心理學家)	<ul style="list-style-type: none"> • •
岑穎欣/趙穎雅 (小學生)	<ul style="list-style-type: none"> • • •
譚大偉 (雜誌編輯)	<ul style="list-style-type: none"> • •
馮應謙 (香港中文大學 新聞與傳播學院院長及教授)	<ul style="list-style-type: none"> • • •

工作紙一 參考答案

朱順慈 (香港中文大學新聞與傳播學院副教授)	<ul style="list-style-type: none"> • 社交媒體傳播有可能令用戶容許別人檢查、控制自己 • 「別人是否喜歡自己」變成控制自己的準則 • 社交媒體成為受歡迎的評論平台，有時一個女孩子的打扮亦可能引起非議，塑造要求、標準又讓人互相評頭品足，此過程局限個人的想法 • 運用修圖程式改圖，令自己在相片好看(例：眼睛明亮些)，個人在此過程無形中服從一套美的標準。此標準比其他傳統媒體所流傳的更為強大，因為個人選擇在自己身上執行標準
陳家明 (化妝師及形象設計師)	<ul style="list-style-type: none"> • 我們有選擇，不一定要 0-size (加細碼) • 型的定義不在 0-size，而是在自己的範疇做到最好
劉芊蒂 (80 年代電影明星)	<ul style="list-style-type: none"> • 每個人都有自己的故事，自己是自己的故事主角，故事的發展是靠自己。
梁麗娟 (香港中文大學新聞與傳播學院講師)	<ul style="list-style-type: none"> • 每 100 個人，至有 5 個能符合傳媒所訂下「美」的標準 • 未符合傳媒「美」的標準的人只好透過消費提高自己的自信 • 傳媒的報導字眼傾向將女性物化
林少玲 (資深媒體策劃)	<ul style="list-style-type: none"> • 不知何時開始瘦、白變成美的標準 • 香港人對美的標準很狹窄，又傾向接受傳媒的定義
劉銘麒 (遊戲開發商)	<ul style="list-style-type: none"> • 男士的生物反射是傾向喜歡窈窕、胸大、腰幼、臀部豐滿及有長腿的女人 • 傳媒的報導有可能利用男士的生物反射
何念慈 (臨床心理學家)	<ul style="list-style-type: none"> • 廣告著重女性身材，例：胸部應達到某一大小、腰應多幼 • 廣告有不同形容詞，形容女性身材的不同部位
岑穎欣/趙穎雅 (小學生)	<ul style="list-style-type: none"> • 明明看起來很瘦的人都依然要減肥，好像要瘦得只有骨 • 在電視每天都看到瘦、美及白的明星，令人感覺好似像「不減肥就是自暴自棄」 • 女強人似是令人害怕，沒有人願意與女強人拍拖
譚大偉 (雜誌編輯)	<ul style="list-style-type: none"> • 傳媒描述的「剩女」、「女性嫁入豪門就是人生頂峰」可能是源於社會的文化根基 • 傳媒的描述將女性定位/定型
馮應謙 (香港中文大學新聞與傳播學院院長及教授)	<ul style="list-style-type: none"> • 社交媒體不但影響消費文化，更是影響個人的觀念 • 大學生及成年人亦流行自拍 • 個人希望透過自拍，透過某種視角、角度令自己看起來像個明星



《她非它》教育計劃
「自我形象與性別角色」教材

小組：_____

工作紙二：個案分析

請每小組選擇一個個案，並應用其中一個概念作闡釋

選擇個案(請圈出)	鄭欣宜/ 陳家明/ 劉芊蒂
選擇概念(請圈出)	性與性別 Sex and Gender/ 性別定型 Gender Stereotype/ 鏡中自我 Looking-glass Self
哪個/幾個情節？	
以概念闡釋	

工作紙二 參考答案

個案	鄭欣宜
選擇概念	性別定型 Gender Stereotype
情節	努力減肥
以概念闡釋	<u>在樂壇上，大部分女歌手身材偏瘦。鄭欣宜為迎合市場期望的女歌手固有形象而努力減肥，希望自己受歌迷歡迎而得到歌曲獎項、能夠到紅館開個人演唱會。</u>

個案	劉芊蒂
選擇概念	鏡中自我 Looking-glass Self
情節	當年拍戲
以概念闡釋	<u>她由別人的形象理解自己：看到其他影星很瘦，而感覺貪靚的自己也要瘦，更覺得自己睡眠不足引致的「包包面」很明顯。</u>

個案	陳家明
選擇概念	性與性別 Sex and Gender
情節	結識朋友
以概念闡釋	<u>她服用減肥藥令自己快速變瘦，體重反彈就想再用藥，背後的原因是本身肥胖的她希望結識朋友，擴大社交圈子。可見，她眼中的女性的性格形象應該要瘦，而不是接受自然的自己。</u>



《她非它》教育計劃
「自我形象與性別角色」教材

姓名：_____

我對自己的承諾

工作紙三 (甲)

我會 / 不會 以大眾傳媒/ 社會的標準來判斷我的/我朋友的身材和外貌

- 我會 / 不會 在 Selfie / Instagram / Facebook 的時候呈現完美的我
- 可以完美嗎？可以執相 / 美容 / 整容嗎？我選擇_____
- 為甚麼？_____
- 可以選擇不完美嗎？我選擇_____
- 為甚麼？_____

我喜歡現在香港社會上的標準嗎？

- 面對這些標準，有壓力嗎？ 有 / 沒有
- 如何面對這些壓力？_____
- 我選擇服從 / 少少服從 / 堅持原則

在這課堂之後，經過以上的思考，請為自己定下一個準則，並同意在生活中遵守以下承諾：

- 我是否要追求社會的完美標準？
- 我是否也用社會的完美標準去看別人？
- 我如何看自己的身體？(無論如何都愛它/會努力改善它/其他)

• 我如何面對壓力/如何為其他人減輕壓力？	自己：
	他人：
在這課堂，我學到最重要的訊息是甚麼？ 為甚麼？ 你願意把這訊息與身邊的朋友分享嗎？	



《她非它》教育計劃
「自我形象與性別角色」教材

姓名：_____

我對自己的承諾

工作紙三 (乙)

我希望我的/我朋友的身材和外貌...

- 我要不要呈現完美的我？
 - 可以完美嗎？可以執相/美容/整容嗎？
 - 可以選擇不完美嗎？
 - Selfie / Instagram / Facebook 的時候

- 我喜歡現在香港社會上的標準嗎？
 - 面對這些標準，有壓力嗎？
 - 如何面對這些壓力？
 - 我選擇服從/ 小小服從/ 堅持原則

- 在這課堂之後，經過以上的思考，請為自己定下一個準則，並同意在生活中遵守以下承諾：
 - 我是否要追求社會的完美標準？
 - 我是否也用社會的完美標準去看別人？
 - 我如何掌控自己的身體？
 - 我如何面對壓力/如何為其他人減輕壓力？

課堂中我學到最重要的訊息是甚麼？

為甚麼？

你願意把這訊息與身邊的朋友分享嗎？

•

•

•