性教育—兩性相處（https://www.studenthealth.gov.hk/tc\_chi/health/health\_se/health\_se\_ts.html）

社會是由男女兩性組合而成的，大家一同接受教育，一起工作，也共同參與社交活動。因此，我們應培養與異性交往的正確觀念，了解兩性的特質與異同，學習與異性相處，從而建立健康和諧的兩性關係。

自我檢閱

1. 兩性交往是否等於拍拖、戀愛？

‧踏入青春期後，青少年對異性開始產生興趣，亦對愛情充滿浪漫的憧憬。然而與異性交往，並非只限於拍拖、戀愛；結交異性朋友是社交生活的正常發展，兩性之間也可建立友誼。

‧健康的友誼能使人生更充實，更能學習分享、分擔、互諒和互助。

2. 與異性交朋友有甚麼意義？

與異性建立健康的人際關係有助為將來在社會工作及生活作好準備。與異性相處，應抱著以下的態度：

‧透過異性朋友，進一步了解自己

‧拓展視野，促進個人成長

‧認識異性的特質，以助溝通

‧了解兩性的異同，學習與異性相處

‧增進人際關係，充實社交生活

3. 友情和愛情的分別

友情／愛情

‧以投契、合拍的友誼為目標取向／以戀愛、婚姻為目標取向

‧友情是開放的，大家都歡迎更多的朋友加入／愛情要專一，而且是排外的，不容第三者介入

‧朋友可分深淺程度，有單獨及集體的活動／男女在感情上逐漸深入發展，多數是單獨約會

‧可理智地選擇及取捨朋友，表達友善的方式較輕鬆自然／愛情難作因果、邏輯的分析，以致局中人有患得患失的表現

‧友誼發展順其自然，會在不同情況下與不同的朋友交往，不特別需要安全感／愛情中，向對方產生傾慕之心，也願意為對方付出、體貼，彼此都需要安全感

兩性相處之道

1. 了解異性

在傳統觀念中，男性是剛強、獨立、冷靜和理智的強者，而女性是溫柔、順服、細心和感性的弱者。然而社會現象及價值觀不斷改變，現代男女的形象、角色和職份已傾向較彈性的模式。因此，不要為異性製造身分定型，反而要清楚認識個別異性的特質及深入了解其心理特徵，以促進溝通。

2. 接納對方

首先要明白每個人都是獨特的個體，大家有不相同的個性、背景或思想。先了解男女的基本差異，然後學習欣賞對方的優點，並接納其缺點，便能和諧共處和增添樂趣。

3. 找尋相似之處

與異性相處，可以找尋彼此相似之處，如興趣、嗜好、性格等。志趣相投的人可以一起參與有興趣的活動，分享樂趣和感受。在交往中，如果大家的意見和看法一致，便容易產生共鳴，慢慢地建立珍貴的友誼。

4. 互相學習

青少年可以從異性身上學習對方的特質和優點。男性不必要求自己表現極端的男性特質，女性亦不必要求自己表現極端的女性特質。男女雙方都可做到剛柔並濟，有剛強自信的一面，亦有關懷體貼的一面。

5. 互補不足

男性、女性都有個別的特質和弱項。兩性相處，可以互補不足，相輔相成，發揮最大的成就。

6. 謹慎選擇

良友可以使自己的心智更成熟。要選擇可信賴的異性做朋友，不應只憑外表，反而要著重內在的人格。可從異性的談吐、舉止去辨別益友或損友，然後決定進一步交往或疏遠。

7. 坦誠相待

與異性交往時，應真誠及懇切待人，讚賞對方的長處及尊重其權利；亦可大方坦然地相處，表達關懷。留心別人的反應和對事物的看法，並設身處地，為人著想，互相扶持。

8. 建立和諧、平等的關係

兩性在社會上的地位是平等的。彼此要互相尊重，互諒互讓，建立和諧平等的關係，使雙方能充分發揮各自的潛能。

結語

踏入青春期的青少年對異性存有一種特別的新感受。他們渴望結識異性，但應抱著真摯的友誼態度。透過正常的社交活動，青少年可以認識不同類型的異性朋友。了解兩性的異同，彼此接納，互相尊重，以建立和諧平等的關係。

（二零二二年六月修訂）