

身體語言大不同

「男生的好處不少，譬如可以不用穿裙子，不像女生一穿上裙子就提心吊膽，害怕被風吹，害怕被男生偷看，行動要很小心，也不能太粗魯；可是男生就不同了，不用穿裙子，只要穿褲子就行了，輕鬆又自在，也不怕把衣服弄髒。」一位小學女生這麼說。

男女身體語言的根本差異，在於女性採取保守的身體姿勢，用意在於防衛與保護；而男性的身體則是一種開展，便於伸展自我的權力。有一位德國女性攝影師 Wex 出版《拿回我們的空間——父權結構下的女性與男性身體語言》(Let's take back our space: "Female" and "male" body language as a result of patriarchal structures)，她在書中比較男女性的站姿、坐姿、躺姿、牽手等身體語言的差異。

男孩從小就受到潛移默化，張開手肘或雙腳來擴展自己的領域，而女孩卻經常採取保護、退縮的姿勢，只佔據狹小的空間。男人刻意展露大拇指、蹠腳或雙腳大大張開，視為是

自信、權力的象徵；女性如果做相同的姿勢，卻遭解讀成性愛的邀請或是惡意的挑釁。有趣的是，書中附有一張勞萊與哈台的合照，勞萊大刺刺地站著，而哈台雙膝併攏、雙手放在膝蓋上。顯示當兩個男人在一起的時候，權力較低的一方，其身體語言就接近女性的社會身體語言。

我們不妨再觀察異性戀情侶或夫妻牽手走路，絕大多數都是男牽女（我曾經觀察過幾千對，有九成左右是男牽女，而且與身高沒有必然的關係），亦即男人手背朝前，而女人手心朝前；男人顯然掌有較主動的位置。但是女人牽著小孩走路時，又自然是手背朝前去牽小孩。由此可見，牽手的動作取決於兩人的社會關係。這個對比，顯示男性相對於女性的社會關係，等於大人相對於小孩的關係，為「性別



男生牽女生。

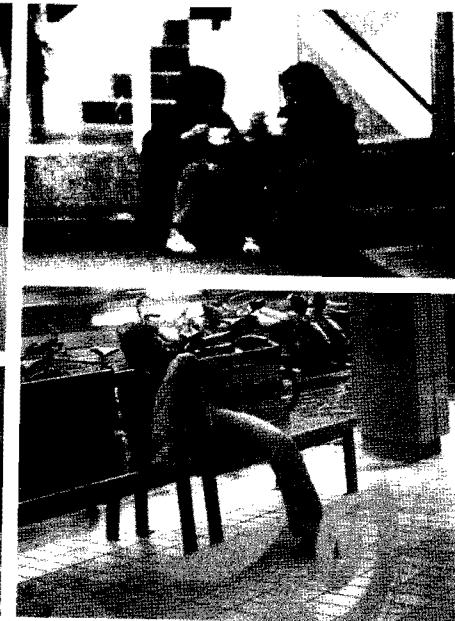


男生牽女生。

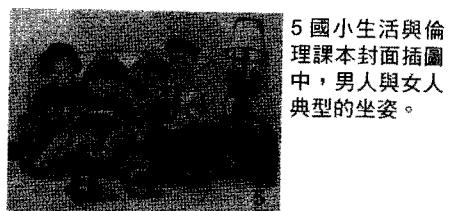


媽媽牽女兒。

媽媽牽兒子，咦，有
媽媽明明在前面牽，
的手背卻硬是朝前了。



1 女性X之站姿
2 相同階梯，男女坐姿不同。
3 女人或站或坐，採取防衛之姿，佔據較小空間。
4 男人在公共空間如此坐姿，神態依然自若；若換成女性，旁人會有怎樣的目光？



5 國小生活與倫理課本封面插圖中，男人與女人典型的坐姿。



6.7 公車或捷運上，男人經常雙腳大開，佔據超過二分之一的椅面空間。

關係就是一種權力關係」做了強而有力的佐證。

女性只有在幾種特殊情境中可以不受這些身體規範的限制，而不會遭致批評。第一，空間中沒有任何男人存在的時候，例如女子三溫暖。婦女團體也曾經在婦女節包下台北東區一家餐廳，包括服務人員和顧客全部是女性，她們盡情狂歡了整個夜晚，不必顧忌男人凝視的目光。第二種是社會位置低的老女人，她們即使穿裙子坐著，仍然可以把雙膝張開，因為她們本來就一無所有、並不期待往上的社會流動，沒有什麼可以失去，因此不怕受到社會的懲罰。第三種則是情色場所或雜誌中的女人，她們的身体本來就在於挑逗男人的欲望。

「大」字睡姿，招誰惹誰？

男女身體規範的差異，小學生其實已經很清楚。她們說：

假如我是男生，我就可以跟男生玩籃球，而且很熱的時候就可以直接把衣服脫下來，又可以赤著腳丫東跑西跑玩得不亦樂乎。



（一九八二年我入伍訓練時的照片（前排左二）。十年後我成為性別研究者，回頭看這張照片，才發現我的坐姿與眾不同。）

女生在老師面前都要裝的很端正，回到家也要像個女生一樣溫柔。而男生在老師面前不用裝的很乖，回到家裡又可以亂跑亂跳沒人罵，好自由喔！

小學生的作文清楚地反映出學校、社會與家庭教育，賦予男生與女生不同的教導與期待。女生的身體受到很多要求與限制，男生的身體則相對自由許多。有一位女大學生參加舞蹈社，回家以後在客廳練舞，正做到劈腿的動作，她的祖母撞見了馬上說：「夭壽喔，一個查某囡啊，那ㄟ塞安內，安內甘嫁ㄟ出去！」然後對著客廳的祖先牌位膜拜，祈求祖先保佑孫女將來能找到好的結婚對象。另外一位女性研究生提到，有一天早上她在房間睡覺，父親推門而入，見到她睡成大字形的模樣，便要母親轉告她，她的睡姿太難看了，將來被夫家看到不好。她回答說，睡覺又不是睡給人看的，而且都已經睡著了，怎麼控制身體的姿勢。她媽媽說，當然可以，只要白天時時刻刻注意自己的姿勢，這樣即使晚上睡著了，身體還是不會變形。這些例子顯示，社會對於女性的身體，有高度掌控的欲望；要求女性不斷注意自己的身體，以符合社會期待，維持淑女的形象。〔註〕

身體語言也與階級息息相關。我們只要觀察圍繞一個人身體周圍不可侵犯的空間大小，

或者佔據的位置，就可以知道哪個人的階級比較高。吃飯的時候誰坐上桌，或照相的時候誰坐中間，就是真實權力位置的展現。身體界線的穿透也有階級差異與性別差異，一個老闆會在公司拍拍屬下的肩膀，說：「這個週末都做些什麼？」可是一個部屬不太可能去拍經理的肩膀問他昨天晚上到哪裡玩。

男人試試美姿美儀，看看可以撐多久

我們也可以試著觀察家裡的空間。是誰擁有固定的地位？誰掌有遙控器？甚至，主臥房裡的雙人床上，是誰佔據較大的面積？在街道上行走，如果兩個人差一點要相撞，通常是誰讓誰？國外做了很多觀察統計，發現如果兩個人屬不同性別，主動讓開的絕大多數是女性，而男人則繼續走他的路。空間使用展現了性別位階的關係，時間也是。女人的時間界線，如同空間的界線，比較容易被打破。男人可以說，這段時間要做自己的事，別人不可以干擾。可是一個女人，不管在家裡工作或休閒，她的時間跟空間很容易被打斷。看看客廳裡是誰坐



X 形女與 O 形男。

在距離電話或門口較近的位置？水燒開了誰去關瓦斯？誰要放下手邊正在進行的工作起身去應門鈴？

日常對話又有性別差異嗎？我們經常以為女人比較多嘴，但是有非常多的研究顯示，其實男人說的話遠較女性為多。尤其是在一個有男有女團體的情境中，男人發言、插話的比例較高。想像一下，一個女生聽一群男生吹噓當兵經驗的畫面，但是很難想像一個男人坐在一旁傾聽女人們談論育兒與化妝。再試著觀察看看，同一張簽名紙上，男人的簽名是不是都比女人的簽名來得大？高度也跟權力有關，卓別林的「大獨裁者」有精彩的表演。電影裡墨索里尼跟希特勒在同一個理髮廳裡理髮，希特勒因為個子較小，就不斷地搖動按鈕將座椅抬高，墨索里尼不甘心比希特勒矮，就相互較勁，最後二人的頭都快要碰到屋頂了。

男人不妨練習看看，雙腳併攏斜擺、腳尖朝地，看看可以坐多久。穿著窄裙、高跟鞋，看看能不能輕鬆呼吸、大聲說話、快步走路。如果會不舒服，那為什麼要



<形女與>形男。

界定這是屬於女人美的姿勢？異性情侶或夫妻，不妨經常變換一下牽手的姿勢，輪流在前牽著伴侶。在瑞典的幼稚園裡，老師看到女孩爬樹，會說：「妳好勇敢喔！」她們認為小孩子會自我測試身體能力的極限。老師不會對小孩說：「妳今天穿得好漂亮！」而是說：「真高興看到『妳』來這裡」。瑞典人尊重小孩的主體性，以及翻轉傳統性別刻板印象的作法很值得我們參考，因為性別價值的形塑，就在每日最體而微的身體與動作之中。



<形女與>形男。

【註】「聯合報」於二〇〇四年九月七日刊登一則新聞：「睡姿像『大』，惹火老公，她被打死」。桃園有名酒醉男子，即是看到妻子睡姿成「大」字型，相當不雅，又氣太太未照顧孩子，毆打妻子致死。

羅馬競技場

遊戲與運動，應該是一種最忘我的身體高峰經驗。國外有一群教師致力於發展富創意的遊戲方式，在這些上百項的遊戲當中，每個學童都可以鍛鍊體能、認識大自然、學習合作或領導的能力，但是沒有人會因為「輸」而感到沮喪，因為每個人都「贏」。

當孩子年紀很小時，男女生都很好動，像是玩沙子、盪鞦韆等遊戲，通常會一起玩。可是當他們長大以後就開始分開玩，而且男生玩得多，女生玩得少，所以很多運動場上大都是男多於女。女生天生不愛運動嗎？女生的運動表現真的比男生差嗎？

事實上，男女在體能上容或天生有別，但是性別之間的差異更多是來自後天訓練不同所導致的後果，所以女人不善於運動，有可能是預言的自我實現（self-fulfillment of prophecy），亦即我們認為男生的體能應該比較好，所以對男孩的要求較高，也給男孩較多活動身體的機會。

平均而言，男人比女人來的強壯、有力、速度快，所以男人跑得快、跳得高、擲得遠。女人的肌肉較小、脂肪較多、較矮、骨架較小、肺活量較小，但是柔軟度較高。而且女人有

較為有效的有氧換氣以及較好的體溫控制機制，可以避免疲勞、增加耐久度。技術、敏捷度、協調能力則與性別沒有太大的關係。女性的運動表現大部分是受到社會因素的影響，所以在女性運動逐漸受到社會或政府重視之後，不少的運動項目裡，女子紀錄與男子紀錄愈來愈接近。

美麗造成的限制

「如果我是男生，我就可以在操場上活躍，不用像淑女一樣哪裡都不可以去，一直在教室內看書；和男生玩時也比較方便，不會被人叫變態。」這是小學六年級女生心底的聲音。

社會的性別價值觀不只出現在瘦身廣告與選美活動裡，更在每日的生活實踐中生產與複製。都市的治安敗壞，所以女生不要出門；到了野外不要爬樹，這樣像個野丫頭。有些女學生上體育課的時候在樹下乘涼，因為怕曬黑、怕腿變粗，就不符合女性美的標準。女性的身體於是成為人們凝視的客體，而不是女性自行掌握、追求愉悅的主體。

從小我們就賦予小女孩可愛、漂亮、文靜、賢慧等女性形象。一位小學女老師回想她還在念小學的時候，在家吃完晚飯第一件事就是洗澡，媽媽告訴她：「洗完澡以後，不要給我流汗。」我們大人經常稱讚小女孩：「妳穿這件裙子好漂亮喔！」、「妳好乖喔！」這些讚美也讓小女孩學會特別在意自己是否保有漂亮、乾淨的模樣，因而會避免弄髒衣服，避免因為

運動而滿身大汗、全身汗臭味。於是男生爲了享受運動，可以忍受臭汗；而女生卻爲了怕流汗，而寧願不運動。

女性運動當然也受到學校男女有別的制服規定的影響。

穿裙子比穿褲子來得不方便，上下樓梯、爬樹、爬竿，都要慎防洩漏春光、遭到男生的偷窺與嘲笑。此外，上體育課的時候，男學生可以直接在教室裡換裝；運動覺得熱的時候，乾脆就把上衣脫掉。然而學校幾乎沒有規劃更衣與淋浴的空間，女學生換裝極爲不便，爲了避免一身濕黏，爲了維持所謂女性端莊的形象，在設施缺乏的情形下，女生只好犧牲運動的機會。

其實女生並不全然都討厭運動，有些女生打起球或跑起步來比一般男生都強，但是我們卻從未鼓勵女生多運動，甚至還去限制女生運動的機會，壓抑女生在運動上的表現。學校中許多運動校隊只限男生參加，運動會上也常見對男選手的期待和對女選手的批評指責。在運動選手中，有關男人婆或同性戀的歧視傳聞，也讓很多女性運動員卻步。

女性運動優先區

大人也往往過度保護女生，因而限制女生的行動。男孩子可以騎著腳踏車，找同學到附近球場打籃球；但是女生卻可能因爲治安問題而不能單獨出門。男孩在家裡跑來跑去，家長可能覺得男孩本來就天生好動；但是女孩做同樣的事，家長可能基於怕她們受傷、也可能覺得這樣不像個女孩子，而禁止她們的行爲。所以女性相對於男性而言，比較缺少探索自己的身體與外在世界的機會。這種刻板的要求就會導致女生日後漸漸不喜歡運動，亦即犧牲自己的運動量來符合社會對女人的刻板化印象。

曾有一位女生在運動場上練習投籃，旁邊的男生卻說：「妳不要在這裡練習投籃，影響我們打球的心情好不好？」她只好強忍著淚水離開球場。後來她找到社區一處較少人使用的籃球場，一個人默默地不斷練習，最後終於肯定自己的球技。我們在台灣大學進行校園空間總體檢的時候，也有女學生表示，在校園籃球場上打球，會受到男性凝視的壓力。對她們而言，打球可以得到身體與心靈的愉悅，可是旁邊的男生卻把在球場上打球當成是球技的競爭、展示與炫耀。於是女生覺得充滿壓力，無法自在的打球。什麼時候，我們才可以有專供「技術不好、體力不佳」的人打球的籃球場？什麼時候學校可以規劃出「女性運動優先區」，讓受到制度性限制的女生能夠安心自在的運動？



打籃球是男生的專利？



男生運動，女生加油。

小學運動會也可以讓我們體會，女生是如何在不友善的環境中，漸漸磨損掉想要運動的壯志。小學運動會的競賽項目一向分為兩部分：趣味競賽與田徑賽。有一件滿有趣的現象就是，趣味競賽時，通常都是男女混合競賽，獲勝關鍵在於相互合作；比大隊接力時卻是男女分開，獲勝的關鍵在於競爭力。我問過一位老師，這些學生有分開上體育課嗎？老師回答說沒有。為什麼比賽時要分開比呢？老師說不知道。難道真是為了有一個衡量的標準嗎？趣味競賽強調的是趣味，大家開心就好；大隊接力強調的是輸贏，比賽的成績還得拿到校外和其它人相較。因為「正式」的比賽中沒有男女混合接力，所以沒有男女混合接力的標準，因此就不能混合比賽？

而在運動會上老師們的工作分配更是反映出性別分工的社會價值觀。擔任裁判、主席的都是男老師；擔任司儀、大會舞指導、準備獎牌的都是女老師。甚至連賽跑終點，按碼表的是男老師、拉線的是女老師和女學生。運動會的最後當然有頒獎典禮，當司儀要求各個年級派一個代表出來領獎時，隨著年級愈高，男生代表就愈來愈多。這是否意味著男性隨著年紀的增加，就愈來愈能代表全體，女性卻慢慢的自公共場所退出？

就像無數校園中的標準跑道其實是為了能夠客觀測試學生的體育成績，而不是真的訓練學生的身體（否則同樣的面積可以成為一片綠油油的草坪或兒童的冒險樂園）；學校的體育與遊戲往往也是競賽的意味過強，結果為了「贏」而犧牲許多學生學習、鍛鍊身體的機會。

每個學校幾乎都有操場，操場佔據了校園中大部分的空間，但是操場卻常常是校園中使用頻率最低的地方，其使用的時間和所佔據的空間幾乎是不成比例。有些操場幾乎「只為了運動會而設置」。現今校園運動空間之規劃乃是以發育良好的男生做為參考樣本，規劃方向以大肌肉的訓練優先，小肌肉與優美線條的練習場所不是過於擁擠，就是付之闕如。學校有跑道、籃球場、排球場，可以打棒球與躲避球的大操場，但是羽球場、桌球場、撞球場等空間重疊，律動教室更是少見。此外，缺少女性教練與訓練女性運動員的投資，以及偶有所聞的性騷擾，都是阻礙女性運動的因素^[註]。如果能排除上述阻礙，建立友善的空間，女性才可能真正擁有運動的權利。

「每個人都贏」的趣味

現在的運動與體育觀點過度強調競爭與輸贏，反映出男性的價值：追求「更高」、「更遠」、「更快」，卻不強調肢體的柔軟、協調、優美與團隊合作。當運動與男性特質劃上等號的時候，情感表達的特質就會遭受壓抑。而且運動教練往往是男性，以勝利為最重要的目標。運動與遊戲，應該是一種最忘我的身體高峰經驗，卻變成你輸我贏的競賽。在這樣的價值觀底下，女性如果強調人際互動或道德價值，會被認為沒有好勝心；如果強調個人成就又會被視為沒有女人味。有鑑於此，國外有一群教師致力發展更富創意的遊戲方式，稱之為

「每個人都贏！合作遊戲與活動」。在這些上百項的遊戲當中，每個學童都可以學習體能的鍛鍊、認識大自然、學習互助合作或領導的能力，但是沒有人會因為「輸」而感到沮喪，因為每個人都「贏」。我們舉其中三個例子，作為發展多元本土遊戲與運動的參考：

一、擁抱一棵樹（Hug a Tree）：適合五歲以上的小朋友，兩個人一組。由一個小朋友帶領另外一個眼睛蒙著布條的小朋友，經過蜿蜒的路徑，帶至樹群中的一棵樹。眼睛蒙著的小朋友用手以及身體所有的感官去探索這棵樹，然後再被帶回原點。這個時候，將布條解開，看看他能不能找到正確的那棵樹。經由這個遊戲，小朋友可以學習利用視覺以外的感官去接觸大自然，增加自己的敏感度。

二、心靈之舞（Dances of the Mind）：請小朋友用身體動作或舞蹈來表達一種概念，例如紅色／黑色；沮喪／興奮；蝴蝶／松樹。這種遊戲可以訓練孩童非口語的溝通表達與自我。

三、合作雜耍（Cooperative Juggling）：五個以上的學童一組，他們可以不必事先認識。先由一位小朋友將球丟給另一位小朋友，接到球的人要說出自己的姓名，然後再將球傳給別人，直到每個人至少都輪過一次。第二輪的時候，你要先講出對方的名字才可以將球傳給他。然後增加球的數目，看看同時可以傳幾個球，而不會把球掉在地上。透過這項遊戲，學童可以學會認識別人、記得別人的名字；學

會丟球與接球；學會如何與別人合作，不讓球掉在地上。遊戲的結果，只要球不掉下，大家都贏，沒有人是輸家。

無論如何，運動應該是人性的，參與運動的結果，不應該在培養自私、攻擊與暴力的人格；運動的精神應該在於自我挑戰而不是彼此競爭（challenge without competition）。其實打羽球、打籃球等運動，往往是在遇到旗鼓相當的可敬對手時，才會激發自己的潛能與技術，所以何必把對方當成競爭輸贏的對手呢？

別再浪費自己的身體

一位中年女性到美國旅行，途中當地導遊安排泛舟的活動，她想自己都已年近五十了，又不會游泳，如果淹水怎麼辦？導遊告訴她，安全措施非常完備，即使想跳水自殺都淹不死。經不起導遊再三勸說，她只好鼓起勇氣一試。一趟泛舟下來，她極為興奮。她從來不知道泛舟竟然如此刺激，從來不知道身體可以和河流有這麼緊密的接觸，她不禁感嘆，她已經浪費自己的身體四十年。四十年來，她任由身體荒廢而沒有加以開發。旅行歸來，回到台北溫暖的床上，由於時差的關係，凌晨三點，怎麼也睡不著。她心想，何不出剛買的單排直輪鞋；於是她起身把客廳茶几移開，穿上輪鞋，沒想到竟然也可以溜個幾步，她興奮極了，她重新找到自己身體的可能性。她想，從什麼時候開始她任由身體荒蕪？她想到了，是小學

打躲避球以後。

最近遇見一位年近七旬的老婦人，她參加社區成人教育跳水班，不管動作是不是漂亮，是不是能夠跟年輕人比美，重要的是她勇於開發自己身體的潛能，不受年齡的限制，並且樂在其中。運動本來就應該是一項忘我的高峰經驗，何必苦苦與人競爭呢？而你，希望運動場是兒童樂園，還是羅馬競技場？

【註】無論是掌有體育運動決策的人，或是教練，女性仍然居於極少數。以中華民國體育運動總會為例，它是全國社會體育運動的領導單位，以推展全民體育、發揚業餘運動精神、提高運動技術水準、加強國際體育聯繫與活動為宗旨。然而第三屆理監事共有十六名，其中女性只有二位，約佔百分之十二（參考 2004.7.15，http://www.rocst.org.tw/about_us/about_us_3.asp）。中華奧林匹克委員會目前六十名委員中，女性委員只有九名，佔百分之十五，還不符合國際奧委會於一九九六年所確立的目標：「國際奧委會、國際體育組織、各國奧委會，其決策階層當中，都必須有百分之二十以上為女性。」

誰在躲避球？

我有一位在美國讀書的女性朋友，回到台灣後在中央研究院做事，正好該研究所成立滿二十年，大家在籌畫應該辦什麼活動來慶祝。一位男性研究員建議：「我們來打躲避球好不好？」沒想到她一聽，竟然發了很大的脾氣，「我從小就給你們臭男生砸來砸去，沒想到拿到博士學位回來，還要給你們打。」

男生當英雄，女生變球靶

躲避球是小學生最喜愛的體育活動，但是它不知不覺中複製了社會中傳統男女性別的角色。一日，我到某個小學校園參觀，看到躲避球場上一片充滿活力的小學生，深深為其所吸引，身體也不自覺地跟著球場上的脈動而起伏。把球傳



國小教科書裡，男女打躲避球，男生玩得高興，女生害怕尖叫。

過去！砸啊！但是，我愈看愈覺得不對勁，心情也跟著沈重起來。在歡樂的景象背後，我見到女人無法逃開的「服從」與「作為照顧者」的角色。

躲避球場上通常雙方各有一個厲害的男生站在內場隊伍的前面，神采飛揚，威風凜凜，控制球場的節奏。他不但會拿球K人，也很會接球，是眾人矚目的焦點與崇拜的對象。他拿到球，經常將球傳給外場的男生，再由他們K人以便進入內場。整個球賽的進行顯然為男生所主導。

其實球場上也有將近一半的女生，可是她們都在幹什麼呢？除了未能進場打球的女生啦啦隊外，內場的女生在球場裡面流竄，競相躲避男生丟來的球。運氣好的話，偶爾撿到球，但馬上會交給場內其他男生。運氣不好，被球打到，身體挨痛外，還會遭到隊友責難的眼光。曾有一個男生在球場上說出令人震撼的話：「XXX！把那些沒有用的查某都先打出去啦！沒有用又佔位子，看了就煩。」這句話喊得特別大聲，但沒有任何人提出異議。球場上男學童對女學童的不尊重與歧視之嚴重程度可見一斑。

在此同時，線外的女生則很盡職地扮演服務的角色。她們在球場外圈成群地用身體去擋男隊友沒有接到的球，一撿到球，也是馬上交給其他男生。於是我們看到女生撿球

給男生、男生砸女生。球場上人們的眼光只投注在會砸人或接球的英「雄」，誰會去理會外場那一大群擋球的女生呢？結果，體格愈壯的人運動量愈大，成就感愈高；而體格愈瘦小的人，運動的機會愈小，挫敗感也愈大；這種結果根本與體育教育的目標背道而馳。許多女學生因為痛恨躲避球，轉而痛恨運動。

規則變，腦袋也要改

一九九三年台灣引進新式躲避球規則，改變的重點有：一、取消抱球就要出局的規定：攔截對方的球，只要接住，球沒有落地即可，可以用身體任何部位擋球。這樣手勁較弱的學童也可以嘗試接球，不像以往只能用手掌接球，容易在手掌碰球後，因球過於強勁而滑落導致出局。二、拿到球以後，可以多次碰球與走步，但是必須要在五秒內攻擊或傳給外場，不可以傳給同一方的隊友。這是一個革命性的改變，它終結了以往力氣小的女生拿到球，就要趕快傳給厲害男生的現象，使得球場上的人不論女生男生、不論力氣大小、不管技巧好壞，拿到球都要進行攻擊。三、取消球出界則換邊開球的規定：只要球在出界前外場人員有人碰到球，就可以在把球撿回來後繼續攻擊，不必換邊發

球。球是從哪位球員手中滑出去，就要由他負責撿回來並展開攻擊，因此不會讓某些外場女生成了專門的撿球員。不過由於新規定是接到球的人必須攻擊，不可以傳給同方的隊友，因此也會出現「厲害的男生」大聲斥責要求明明就在球旁邊的女生不要去撿球的情形，然後再由「厲害的男生」奔跑去撿球，如此他才有攻擊的機會，不會讓球落入他們說的「沒用的女生」手中。規則的改變讓體力較弱的學童有較多運動的機會，但是更根本的仍然是性別價值的徹底改變。【註】

【註】有關新式躲避球的部份規則，參考方怡蓁（1999）〈三星期的校園記事：一個關於躲避球、音符、八仙女與女子沒用的地方〉，未發表手稿。