



Peer Education
on Youth Health

Activity Curriculum

青春健康同伴教育
活动课程

孟南奇 主编

装帧设计: 罗薇



Peer Education on Youth Health

Activity Curriculum

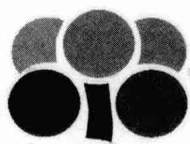
绘图: 朱剑龙 责任编辑: 韦娟

ISBN 978-7-5651-0126-7



9 787565 101267 >

定价: 26.00元



GULOU

COMMUNITY TRAINING COLLEGE

高等教育出版社

青春健康同伴教育 活动课程

孟南奇 主编



南京师范大学出版社
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

青春健康同伴教育活动课程 / 孟南奇主编. —南京: 南京师范大学出版社, 2010. 4

ISBN 978-7-5651-0126-7/G · 1417

I. ①青… II. ①孟… III. ①青春期—健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 074251 号

书 名	青春健康同伴教育活动课程
主 编	孟南奇
责任编辑	韦 娟
出版发行	南京师范大学出版社
地 址	江苏省南京市宁海路 122 号(邮编: 210097)
电 话	(025)83598077(传真) 83598412(营销部) 83598297(邮购部)
网 址	http://press.njnu.edu.cn
E-mail	nspzbb@njnu.edu.cn
印 刷	盐城市华光印刷厂
开 本	787×1092 1/16
印 张	12.75
字 数	183 千
版 次	2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5651-0126-7/G · 1417
定 价	26.00 元

出 版 人 闻玉银

南京师大版图书若有印装问题请与销售商调换

版权所有 侵犯必究

编 委 会

顾 问 张志坤 陈乃林 陈舒泛

主 任 马 斌 梁晓峰 张荣胜 丁 铭

副主任 储 红 陈建生 包庆平

编 委 (按姓氏笔画为序)

丁 铭 丁卫刚 丁亚群 马 斌

王惠琳 包庆平 刘光彩 刘桂珍

陈建生 麦 磊 李国龙 李培生

束姣雪 杨惠宁 易京梅 孟南奇

唐 艳 梁晓峰 储 红 谢 燕

董莎莉 潘 力



随着经济的快速发展,人们的生活质量有了质的飞跃,导致性成熟时间逐渐提前,进而性行为和性传播的发生率趋于低龄化和扩大化,过早不理智的性行为在社区青少年中时有发生。从1996至1999年间,已满14岁青少年“性罪错”案件占青少年涉嫌犯罪案件的58.5%,并有相当一部分青少年性罪错者在捕前并不知道自己的行为已经违法,且性罪错案件发生率逐年上升,年龄趋于低龄化。出现上述情况原因很复杂,主要与错误的性道德观念对青少年的不良影响以及不良的家庭环境和社会文化环境有关,也与学校对青少年性健康和性道德的教育滞后有直接的关系。2008年末中国总人口为13.28亿人,青少年占人口总数的18%,全国近五分之一青少年需要接受青春期的性健康方面的教育。

性教育是青春期教育的重要内容,是青春期的大事。青春发育初期,是生理发育和心理发展的急剧变化期,也是人生观、价值观和世界观逐步形成的重要时期,正确的引导和教育对青少年一生的体格、行为、素质、性格和智能水平具有决定作用。当身体本身开始唤醒青少年对性的问题发生兴趣时,合理地、纯洁地认识身体的秘密,是把青少年从有害的色情中拯救出来的唯一途径。如果青少年在青春期遇到的问题、困惑和忧郁,得不到及时、足够地帮助和疏导,性教育也就错过了预防和阻止青少年性犯罪的萌芽期。从人的成长和发展角度出发,只有正确对青少年进行性生理、性心理和性伦理方面的教育,才能促进青少年全面健康成长。

目前,学校对青少年的性健康教育仍然停留在生理健康课或心理讲座上,而且主要是从心理角度出发进行教育,对性健康方面的教育几乎是点到为止,甚至是避而不谈;社区对青少年性健康教育主要立足于计划生育的角度,忽视对其进行道德观和价值观的教育。针对青春期的性健康教育方面存在的问题,南京市鼓楼社区培训学院发挥社区教育的普适性作用,立足于社区教育的视角,积极探索适合社会主义核心价值观的青春性健康教育和艾滋病预防教育的方式方法,利用社区青少年志愿者在社区常住青少年和流动人口中采用同伴教育同伴的形式,积极开展青春性健康和艾滋病预防自我教育活动,研发《青春健康同伴教育活动课程》教材,策划同伴教育活动,把活动与教育相结合,个别教育与团队教育相结合,生理教育和心理教育相结合,改变了传统的授课和讲座形式,帮助社区青少年释疑青春期困惑和艾滋病预防问题,解除青春期生理和心理压力,抵御来自社会的消极影响,净化社会文化环境,促进青少年不良行为转变,教会青少年学会辨别、学会珍惜、学会生活,最终满足社区青少年青春期的教育需求。

我们应该摒弃五千年封建思想的束缚,把青春性健康教育还原为自然与科学的教育。作者根据青少年的教育需求,在社区教育实践中探索了社区成员认可的教育形式,但青少年是国家的栋梁和未来,促进其在各方面健康成长需要更多人为之付出智慧和努力。虽然此课程已被评为全国社区特色课程,希望作者再接再厉,在社区教育课程研发方面取得更大的成绩。

4
8808
2010年3月26日

前言

青少年对青春期生理和心理知识的需求,通过学校和家庭获得的较少。根据国家计划生育(以下简称“计生”)部门的一项调查表明,只有5%青少年的性知识来自初中的生理卫生课,大部分则来自黄色书籍、录像带、VCD影碟、黄色网站,甚至还有充斥着淫秽画面的黄色口袋书,而从这些渠道接受来的知识许多是错误的,容易对学生产生误导,对青少年身心健康发展十分有害,为此,一些孩子因为年幼无知而误入歧途。据调查,在青少年犯罪案件中性犯罪案件占了18%~25%,并呈持续上升态势。

目前,我国青少年青春健康教育面临着很多潜在的问题:错误的性道德观念对青少年的影响,具有潜在性和广泛性;性行为和性传播的发生率趋于低龄化和扩大化,性行为在大、中学生中时有发生;各类学校对青少年性健康和性道德的正面教育比较滞后;不良的家庭环境对青少年性健康成长产生负面影响;性成熟时间逐渐提前情况与性健康教育状况不匹配。

性是人的自然属性与社会属性的统一。“性”作为人类生殖和维系友谊爱情的桥梁,它贯穿在人类历史发展的全过程,是一个非常严肃的科学概念。在我国,性教育一直是讳莫如深的,尽管自20世纪80年代末起,国家有关部委开始重视青春期的性教育,但是,在我国开展青春期的性教育仍然举步维艰。进入21世纪以来,我国已成为一个拥有13亿人口的世界大国,根据人口计划生育委员会(以下简称“计生委”)提供的

资料显示:10~24岁的青少年占全国总人口的26%,流动人口达到1.2亿。认同婚前性行为的青少年比例上升,婚前性行为的发生比例增加,生殖健康方面的问题需求日益凸显。由于大部分青少年生殖健康知识贫乏,但性观念非常开放,非保护性的性生活性传播疾病感染率增加,导致青少年的生殖健康状况非常糟糕。因此,在青少年中开展青春健康教育已刻不容缓。

教育部和计生部门从20世纪80年代末期开始颁布了一些有关青春健康的文件和法规,以促进青春期健康教育的发展。如:1988年8月24日,教育部、卫生部、计生委发布了《关于在中学开展青春期教育的通知》;1992年1月1日起正式施行的《中华人民共和国未成年人保护法》;1992年9月8日,卫生部和国家教委共同印发的《中小学健康教育基本要求(试行)》等。这些政策法规为在学校进行青春期教育提供了法律依据,但是,教育的方式方法、内容和形式与青少年的青春期教育需求均有一定的距离,教育效果都不尽如人意。

同伴教育首创于澳大利亚,此后同伴教育流行于英、美等国。同伴教育是利用同伴朋友间的相互影响力,通过发展青少年的自我教育和自助群体,抵御来自社会和媒介消极影响的一种生动的、有效的青春期健康教育。这一方式改变了青春期健康教育中传统教育者和受教育者之间的沟通障碍。由于教育的双方都是青少年,具有更多的共同语言和“经验范围”,有利于坦诚、平等的交流。同伴教育的内容是融生物学、社会学和心理学知识为一体的系列模式,每个模式又由讲课、讨论、游戏、讲故事、知识竞赛等多种形式组成,并配合多种传播载体和实物模型,既生动又有效。

由于中国社会长期的性禁忌导致性神秘、性愚昧,尤其是在经济文化相对落后的地区,一些孩子的性知识水平基本处于“空白”状态。为了满足青春期适龄人群对青春期生理和心理健康的需求,排除青春期由于生理变化带来的焦虑、烦恼、忧郁、困惑和障碍,建立健康的、正确的性观念和性意识,让青年人安全、顺利地度过青春期,健康快乐地成长,南京市鼓楼社区培训学院以国民健康教育为己任,积极探索适合中国国情的青少年健康教育的新路。在探索中,他们结合青年人学习背



景和生活环境,把学校德育内容以及社会职业道德、法律法规等社会主义核心价值观融于同伴教育中,并把项目的运作整合成教育活动课程,研发了活动教材,形成了自己的独到之处。

南京市鼓楼社区培训学院开展青春健康同伴教育活动以来,受益人群4 420人,效果良好,得到了受众群体的认可和社区成员的好评。通过互动的同伴教育,适时对适龄人群进行青春期健康教育和艾滋病预防教育,帮助他们掌握科学知识,促进身心健康,防止犯罪,使青少年抵御不正确的、不健康的观念;以科学态度坦然对待青春期健康遇到的问题,以正常心态对待异性,学会尊重自己 and 他人,树立自我保护意识,培养健康的卫生习惯和文明的行为习惯,从而更加珍惜青春,珍惜生命。

青春健康同伴教育活动为青少年树立远大理想、形成健康人格、促进社会稳定奠定了扎实的基础。在此,感谢长期以来支持与关心我们工作的上级相关部门领导,各教育行政部门领导,社区成员,教育专家,教师,各街道分校领导和社区教育教师。



《青春健康同伴教育活动课程》分为正文和附录两部分。正文由十个模块组成——同伴教育、科学认识人体、爱情与价值观、性与性别、避孕与流产、性病、艾滋病、志愿者主持人培训(一)(关于青春期健康)、志愿者主持人培训(二)(关于艾滋病及其预防)、志愿者主持人拓展培训等;附录由青春健康同伴教育活动方案、青春健康同伴教育活动程序、青春健康同伴教育活动参与人群调查问卷、青春健康同伴教育活动评估方案、学生家长参与青春健康同伴教育活动调查问卷、青春健康同伴教育活动受众感言、青春健康同伴教育活动培训感言、青春健康同伴教育活动主持人反思等组成。为了更好地在校内外开展青春健康同伴教育活动,本课程提出以下建议,仅供参考。

1. 开展青春健康同伴教育活动,首先要培训一批志愿者主持人。培训时间根据需要自定,培训内容可以选用正文中的模块八、模块九、模块十,也可以将十个模块中的内容灵活整合。

2. 青春健康同伴教育可以根据受众需求,采用分块培训或整体培训的方式进行。如果是以某一专题开展青春健康同伴教育活动,可以选用本模块中的活动实例,也可以根据需要选用其他模块的内容;如果是综合所有内容,可以参考附录中的“青春健康同伴教育活动程序”。

3. 根据本书正文部分所讲知识,参考本模块提供的青春健康同伴教育实例,灵活设计活动方案。

4. 模块八、模块九可以作为培训青春健康同伴教育志愿者主持人的整体方案,也可以根据活动需要选择其中的任意一项开展青春健康同伴教育活动。如:价值观、爱情和性讨论。

5. 模块十是为志愿者主持人专门设计的拓展训练,可以在活动中选用所需要的实例,也可以作为其他学生的拓展训练。根据时间要求和培训对象的不同,可以一次性训练,也可以从中选择。

6. 青春健康同伴教育活动评估方案是为整体评估青春健康同伴教育活动而设计的,若评估某一模块的活动情况也可参照。

7. 附录所提供青春健康同伴教育活动程序是为2小时活动设计的,可以根据具体活动时间和受众进行适当调整。

8. 附录所提供的青春健康同伴教育活动调查问卷是为2小时青春健康同伴教育活动而设计的,可以根据需要增减调查项目。此调查问卷一般在活动结束后请受众填写。

9. 附录所提供的青春健康同伴教育活动方案,可以根据活动需要灵活调整内容。

10. 青春健康同伴教育活动参与者撰写的活动感言,是参与者本人撰写的,由于受年龄和文化层次的限制,可能在表达上不是很准确,但我们还是精选了一些,把他们的真实想法提供给其他的参与者,以达到教育资源共享的目的。

11. 在教材编写中,根据需要,相关专业知识除参考了专业书籍外,还在互联网上查找了一些资料,特此说明。另外,本课程附录部分还收录了我们根据学生的活动而进行的真实记录,以供参考。

12. 在使用过程中如发现有不妥或不足之处,请及时与我们联系,以便我们进一步来完善它。



目录



序 001

前言 001

课程使用说明 001

模块一 同伴教育 001

模块二 科学认知人体 013

模块三 爱情与价值观 025

模块四 性与性别 035

模块五 避孕与流产 045

模块六 性病 057

模块七 关于艾滋病 067

模块八 志愿者主持人培训（一） 083

模块九 志愿者主持人培训（二） 103

模块十 志愿者主持人拓展培训 113



附录

附录一 青春健康同伴教育活动方案

(受众为在校学生) / 137

附录二 青春健康同伴教育活动程序 (2小时)

(受众为在校学生) / 139

附录三 青春健康同伴教育活动参与人群调查问卷

(受众为在校学生) / 151

附录四 青春健康同伴教育活动方案

(受众为社区16~24岁未婚青年) / 154

附录五 青春健康同伴教育活动程序 (2小时)

(受众为社区16~24岁未婚青年) / 156

附录六 青春健康同伴教育活动参与人群调查问卷

(受众为社区16~24岁未婚青年) / 161

附录七 青春健康同伴教育活动评估方案 / 165

附录八 学生家长参与青春健康同伴教育活动调查问卷 / 168

附录九 青春健康同伴教育活动受众感言 / 170

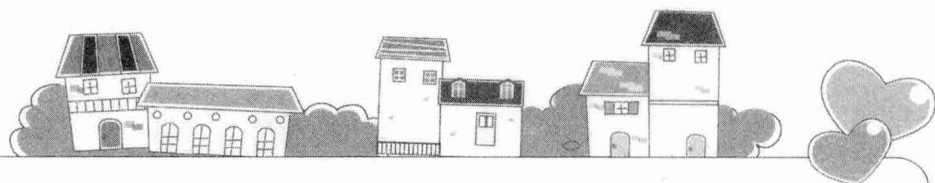
附录十 青春健康同伴教育活动主持人培训感言 / 173

附录十一 青春健康同伴教育活动主持人反思 / 182

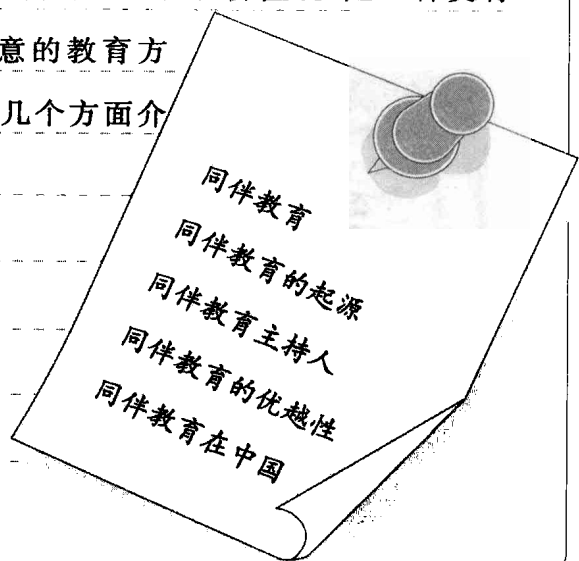
模块一

同伴教育





南京市鼓楼社区培训学院非常重视青少年青春期健康教育中存在的问题,以国民健康教育为己任,积极探索适合国情的青少年青春期健康教育新路,在南京市适龄人群中开展青春健康同伴教育活动,在活动中借鉴国内外先进的经验,结合实情,采取较为开放的态度,积极引导青少年转变不良行为,取得了良好的效果。同伴教育的方式有益于开展各类青少年身心健康活动,有益于培养青少年的道德品质和社会责任感,有益于帮助青少年树立正确的人生观和价值观,是一种受青少年喜欢的、认可的、满意的教育方式。为此,本模块从以下几个方面介绍同伴教育。





一、同伴教育

同伴教育的英文名称为 peer education。在英语术语中,“同伴(peer)”就是“身份相同的人,属于相同社会群体的人,尤其在年龄、等级或社会地位方面相同”;而“教育(education)”关系到“发展(development)”、“培训(training)”,或者对既定的人或事物的“见解(persuasion)”,或者教育带来的“知识(knowledge)”(韦伯大字典,1985年)。

人们通常愿意听取年龄相仿,知识背景、兴趣爱好相近的同伴与朋友的意见和建议,青少年尤其如此,特别是在一些敏感问题上。同伴教育就是利用青少年的趋众心理,以一种非正式的形式在一起学习和讨论,从而达到对青少年进行教育的目的。这种教育方式广泛应用于生殖健康、艾滋病的宣传教育,以及解决吸毒、自杀、酗酒、性别歧视和妇女问题等社会领域。

二、同伴教育的起源

同伴教育发源于澳大利亚,流行于西方国家,经过十几年的发展,已经成为一种在社会发展领域内广泛采用的培训方法。它不仅应用在生殖健康和艾滋病预防领域,还可以应用在反对毒品、戒烟、反对酗酒、性别平等、妇女能力建设、反对家庭暴力等方面。它主要采用小组讨论、游戏、角色扮演等参与性强和互动性强的方式进行培训。参与的人主要是年龄相仿和知识背景、兴趣爱好相近的同伴与朋友。同伴教育的培训,侧重于态度的讨论和技能的培训,而不是知识的传授。其中主持人的角色不是老师,而是话题讨论的引导者,启发大家就共同关心的话题提出建议。主持人侧重正确知识和核心信息的传达,而不是将知识的讲解作为重点。

三、同伴教育主持人

在开展同伴教育之前,首先要对有影响力、号召力、积极进取心的