

翻开此书，做轻松的父母和老师！

性教育事关孩子一生！

性教育缺失=不完美人生

好父母，好老师怎能不重视性教育？

从婴儿到成人的  
性教育全本

开放的性教育——

# 影响孩子一生的 性教育

方刚◎著

为什么我的小鸡鸡和爸爸的不一样？

我是怎么来的？

到底做爱是怎么回事？

我要到多大才可以谈恋爱？……

广西人民出版社

KAIFANG DE XINGJIAOYU ——  
YINGXIANG HAIZI YISHENG DE XINGJIAOYU



开放的性教育 ——  
影响孩子一生的性教育

方刚◎著

---

图书在版编目 ( C I P ) 数据

开放的性教育——影响孩子一生的性教育 / 方刚著. —南宁: 广西人民出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-219-06735-2

I. 开… II. 方… III. 青春期—性教育 IV. G479

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第 159021 号

---

监 制 彭庆国  
策划编辑 马妮璐  
责任编辑 马妮璐 曾蔚茹  
责任校对 周月华 甘燕美 唐柳娜

---

出版发行 广西人民出版社  
社 址 广西南宁市桂春路 6 号  
邮 编 530028  
网 址 <http://www.gxp-ph.cn>  
印 刷 广西大一迪美印刷有限公司  
开 本 710mm×990mm 1/16  
印 张 17  
字 数 182 千字  
版 次 2010 年 1 月 第 1 版  
印 次 2010 年 1 月 第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-219-06735-2/G · 1565  
定 价 25.00 元

---

版权所有 翻印必究

## 自序：把开放的性教育放到阳光下

如果让我给自己的性教育理念起个名字，我称之为“开放的性教育”。只有开放，才有阳光，也才能给受教育者的一生带来积极的影响。

有朋友有些担心，说：“‘开放’在中国的性领域不是一个好词。”

经济的“改革开放”是正面的词汇，而性领域的“开放”被混淆了，仿佛就等于是性的淫乱。和性有关的一切从来就是有争议的，我不怕这种争议。而且，我实在找不到一个更好的词来准确地传达我要在本书中表述的性教育理念了。还是用“开放”吧，理解与支持我的性教育理念的人，不会因为这两个字就认为我在诲淫诲盗；而反对我的性教育理念的人，即使我起个“保守的性教育”的书名，他们照样会指责我误人子弟。

开放，意味着敞开心扉，真诚交流；开放，意味着把受教育者当成主体，有问必

答，无所不谈；开放，意味着对青少年的性欲求持一份正视与开朗的心态，接受他们，尊重他们，而不是轻易地贬损他们；开放，意味着把性当做一种阳光的事、正当的事，不再回避和躲闪；开放，意味着性教育可以公开谈、大胆谈、天天谈、理直气壮地谈、光明正大地谈……

我们的社会与时代，需要这样充满阳光的开放的性教育！

性教育从来就存在着不同理念的争论。本书就是由介绍这些不同的理念，以及呈现其背后的争论开始的。

国内出版的各种给中学生、小学生，甚至大学生和他们的教师以及家长的“性教育指导”已经很多了，但是，这些书不过都是在作性知识的介绍，更像是性的科普读物，我从来没有看到认真讨论性教育理念与性教育方法的书。

在我看来，不把性教育理念解决了，不把性教育方法解决了，所谓的性教育就是一句空话，甚至可能是有害的“性教育”。

所以，本书主要篇幅用来思考、总结性教育理念，就性教育中有争论的问题进行讨论，提出性教育策略与具体办法，纠正常见的性教育误区，总结笔者本人的性教育经验……我认为只有性教育理念清楚了，性教育方法对头了，才会有真正有价值的性教育。至于具体如何说性，怎么说性，在清楚的性教育理念的指导下，是非常容易解决的事。

作为一个父亲，作为一个性学研究者和性教育工作者，本书是笔者多年从事性学研究、性教育研究与教学后的奉献。写作此书的过程中，笔者更是与性教育工作者及青少年尽可能多地接触，听取他们的心声。所以，本书尽可能基于中国性教育现实困境提出思考与论述。

所以，本书不仅具有理论意义，同样也提供实践的可操作性建议。

本书是为人父母者，以及从幼儿园到大学的教育工作者的重要参考书。笔者以往关于性教育的讲座总能引起强烈共鸣，令许多教师和家长感叹茅塞顿开。所以，我虽然不敢说一卷在手就可以解决所有性教育问题，但可以保证的是，您绝对会从此书中受到许多重要的性教育启发，而这种启发可能会影响您的孩子和学生的一生！

方刚

2009年9月







## 第一章 童话里也有性教育

### 第一节 性教育的“资格”

这里是一个关于幼儿园及小学生常见的性问题及其处理方式的性教育小教室。

你是父亲，你是母亲，你们都是成年人了。你们连孩子都生出来了，当然对性懂得很多了。你们自己也是一点点长大成人的，你们经历了对性的无知、好奇、求索，以及了解和领悟的过程，在这个过程中，你们的父母以及社会一直在告诉你们：什么是应该知道的，什么是不应该知道的，应该知道的又是应该以何种方式知道；什么是“正确”的性，什么是“罪恶”的性；什么是该提倡的，什么是要反对的。

所以，你们已经具有一个对你们的孩子进行性教育的“资格证书”了。你们可以当之无愧地成为这孩子的导师，你们可以上岗了。

如果你有上述的想法，那你就大错特错了。性教育的“资格证书”不是天然赋予的。

也许正是因为你有上述的阅历，你才恰恰没有对孩子进行性教育的资格。因为，你所经历的，可能是悲剧；你所受的教育，可能完全是误导。

你已经进入了一个新的时代，你的孩子面对着的是一个全新的世界，所

以，如果你还守着旧有的关于性教育的知识与观念，那么，最终将是你的孩子要对你进行性教育了。

所以，如果你想负起为人父母的责任，如果你不想因为自己的落伍而使孩子缺少正确的性教育，甚至受害一生，从现在起，你就要抓紧进修了。

考取现代性教育资格证书，可能很容易，也可能很难。这在很大程度上取决于你的思维是封闭的，还是开放的。你需要彻底抛开你头脑中现有的性观念，跟随着我们的性教育小教室进行一次全新的观念之旅。

## 一、初级证书考核标准

什么是性？这是考取性教育资格证书需要回答的第一道题目，这题目看似简单，但我相信你想不到我们下面提供的参考答案。

“性”，解剖了便是“亾”和“生”，我们没有办法不感叹造字的老祖宗们的博学，这性字分明就是由心中生出的一种感情，是一种心的功能，如快、惜、情、悟、恨，等等，而绝不具有“肮脏”、“猥亵”、“下半身”的意思。

传统文化下，我们是耻于谈性的。性往往被蒙上一层“见不得人”的色彩，甚至于被认为是“肮脏”的。如果你不抛弃这概念，无论你怎么努力，也不可能给孩子一个科学的性教育了。只有当我们将性视作一种美好的东西，一种生命自然的赋予，一种本身不具有任何道德意味的事物，我们才能够以一种正确的眼光重新审视性，才能够坦然地对孩子谈性。

我们的身体具有饮食功能、排泄功能，也具有性的功能。各种功能只有分工不同，没有高低优劣之分。性是一种正常的功能，不具备任何一点需要隐晦的地方。传统父母们正是因为没有认识到这一点，觉得性是一件很特别的事情，所以才会将原本十分自然、简单的性教育，看得过于神秘了，也就弄得过于复杂了，最后这“教育”还不如没有的好。所以，参与我们这次“资格培训”的朋友，首先就是要正确地认识性。

在你对孩子谈性之前，你应该已经有坦然地与其他成年人谈性的勇气与经验。交流性的感受与求索性的真谛，应该成为一种日常话题。这种谈论不是那种带有色情色彩的谈论，而是一种对人类自身与外界关系的认真审视。



因为，我们将要对孩子讲授的性，必须是我们每个人从自身经验中所获得的真正的理解，是我们内心的真的性。如果你强迫自己按着我们这份讲义中的建议去对孩子讲授性，而同时你事实上对性的认识是另一回事，那你的这种伪装终会被孩子识破，你的性教育就彻底失败了。

以一种平和而科学的心态看待性，认识科学而真实的性，你才能具有对孩子进行性教育的初级证书。

## 二、中级证书考核标准

作为一个合格的性教育者，你还必须随时在以下 11 个方面修炼自己。其中几条看似可能与性教育没有关系，实则是构成你精神世界的重要方面，并最终影响着你的性教育的内容、方式与效果。

1.你应该具有对新事物乐于接纳的精神，勇于跟上时代观念前进的脚步，对一切变化充满好奇的求索心，而不是坐在那里整天悲叹“世风日下”。

2.你要具有旺盛的求知欲，不断去获取新知识。你应该尽可能多地去找性学书籍来看，至少应该读二十部以上的性学经典著作。一定要注意这些著作的学术权威性与观念的前进性，不能乱读。

3.你要具有尊重知识，尊重科学的精神。你对孩子的性教育内容应该是从上述那些书籍中获取的，而不是从自己的经验得出的。因为经验常常是错误的。

4.你应该具有与时俱进的观念，而不是陈腐落伍的观念。如果你对于自慰、婚前性关系等问题，还抱着偏见，甚至反对的态度，你离拿到资格证书还差太远。

5.你应该懂得尊重个人的生命权利，其中包括个体选择的自由，少数人的平等生存权，等等。如果你对于易性恋、虐恋、同性恋等等，还概念模糊，便无法带给孩子一个与未来社会观念合拍的性观念。

6.你应该确实坚信男女平等的理念，并认定两性的权利平等才是人类社会的理想，并愿意为之而努力。如果你是一位女性主义者或男性解放主义者，你在这次资格考试中会被加分。

7.在你日常的社交圈子中，如单位中，你应该是一个可以坦然地、以科

学而严肃的态度谈论涉性话题的人。

8.你要懂得性教育的目的不仅仅是告诉孩子他们是从哪里来的，以及男女的性器官有什么不同。还要告诉他们，男人和女人应该如何相处，如何相爱，如何建立理想的人际关系。

9.你要充分尊重你的孩子，不能因为他们的年幼便小看他们，以为可以采取随意的态度，可以说话不讲信用、不要民主，可以强行命令，等等。你对孩子进行的所有的性教育，都要以平和的方式潜移默化地转移到他们的心灵里，成为他们自己乐于去接受的东西，而不是你强令的东西。切记：教育只是一种知识的传导，而不意味着师道尊严。教学相长，师生应该互敬互爱才对。

10.你要以身作则。你自己日常生活中对于异性的态度，对于性的态度，要与你对孩子的教育相一致。你要言行相符。

11.你要具有真正对生命的敬畏精神，以及对人类的无限热爱。要为自己作为一个人而高兴，要珍惜人与人之间的接触与交往。这些都将会影响到你的孩子对于生命与他人的态度，而这又必将作用于他的性观念。

性观念，归根到底是世界观的一部分。

### 三、高级证书考核标准

有了初级与中级证书之后，你就可以申请考取高级执教证书了。

如果说，前面两级证书的考取主要是对你的观念与总体行为取向提出要求的话，那么，想获取高级证书，你就必须具备一些实际的教学技法了。这些技能与技法将涉及宏观的要求，也将涉及一些具体情境的处理。

所以，修得高级性教育执教资格证书并不是一件容易的事。

本节，我们只提出一些获取高级证书者在日常性教育中必须具备的11项教学技法：

1.你对孩子进行的性教育应该是一个融会贯通的整体，涉及性观念教育、性知识教育，以及性别角色教育等等时，其内在的价值主线应该是一致的。你的性教育还应该首尾一致，不能一天一个主意，一会儿一变。你有权利不断完善自己的思想，但是，你的思想主线应该在一开始就在一个正确的



方向上。如果做不到这一点，就会造成孩子思想上的混乱。

2.你应该善于从身边的小事进行性教育，性教育是一种灵活的、多变的的活动，而无僵死的形式。你对于每一个电视画面、每一则日常新闻的评论，对于身边每一个事件的处理，都可能影响孩子的性观念。这种潜在的性教育之影响力往往远胜于特意进行的性教育。所以你要格外重视这些日常的表现，所谓身教胜于言传。

3.父母之间应该有一种良好的配合，教师和家长也应该有良好的配合，对于性与性教育的认识应该取得一致。在家庭中，应该形成一种像谈论饮食一样公开、明朗地对孩子谈论性的风气，而不要将性教育作为一件特别的事情躲到屋角偷偷地处理。

4.你谈及涉性问题时应该是健康明朗的心态，自己首先应该是充满自信的。你的态度会通过你的谈吐表现出来。以快乐的心态谈性，会使孩子得出这样的认识：性是一件正当而快乐的事情。而如果你未开口就先脸红了，那你在考试时肯定要扣分，甚至会连初级执照也被吊销。

5.你要注意自己的语气与声调的变化，你要保证同孩子谈性的时候像谈任何其他事情时一样。如果你紧张兮兮，哆哆嗦嗦，将恶化性在孩子心目中的形象。你要尽可能凝视着孩子的眼睛，光明正大地回答。过去父母们习惯于谈性的时候低下头来，而光明正大可以消除对性的偏见。

6.回答孩子问题的时候，你要微笑、爽快地回答，不要有任何担心和迟疑。如果你已经有充分准备，就会胸有成竹。在回答问题时的迟疑会使孩子对性的意义产生怀疑。

7.你不要回避孩子的任何问题，甚至包括如何做爱这样的问题。你要知道，孩子们没有像我们成年人那样给这些问题附加上别的色彩，他们仅仅将其理解为一种如做游戏一样的行为。当然，具体如何回答，还是有很多考究的，我们今后的小教室中将为每一个可能涉及的问题提供出具体的参考答案。

8.对孩子可能问到的各种问题你要事先准备好答案，而面对可能出现的各种场景也要事先准备好说辞。有备无患的结果是，当孩子提出问题，或出现意外情况时，你能够应对自如。

9.你要勇于使用图片作为教学的辅助，图片有助于讲解清楚。你甚至应该自己学会画一些简单的图形。不要担心孩子们会对图片产生过分的反应。我们大人之所以对图片敏感，是因为我们给性附加了另外的东西，而孩子们的心灵中没有这种附加。

10.你应该自如地掌握“年龄阶段性标准”的技巧。就是对同一个行为或事物，你对于不同年龄段的孩子的解释应该是有一定限度的。这种限度的存在是因为孩子理解能力的差异而在解释的深入程度上有所不同，而不意味着你可以在不同的年龄段对他讲述价值标准不同的话。我们将在此后涉及每一个具体问题时，阐述每个问题的“年龄阶段性标准”。

11.如果是孩子对性产生了强烈的困惑感，或他们需要你的帮助，你给予帮助时应该把手搭在他们的肩上，握着他们的手也行。皮肤间的接触可以加强心与心的融合。在这样一种亲情气氛下，即使是谈论非常“大胆”的事情，你同孩子之间也不会有鸿沟。

### 作业题：

请对着镜子中的自己，或面对着配偶，将镜中像或配偶想象成你的孩子，尝试着对他（她）讲解“男孩儿和女孩儿有哪些不同”。

### 预习题：

看不到不到一岁的孩子玩弄性器官，你怎么办？

## 第二节 婴儿需要“性教育”

对孩子的性教育要从何时开始？

“当然是从他们青春期开始有性意识的时候了。”错了，谁告诉你要到青春期才会有性意识呀？到青春期再进行性教育的观念才耽误人呢！

“那么，难道还要从他们三四岁开始吗，真要那么早吗？”什么？我没有听错吧，三四岁还算早吗？

告诉你吧，坐稳了，别吓着：性教育要从孩子出生的第一天就开始认真进行！



赵本山和宋丹丹在小品里面说，孩子出生后第一眼看到谁，长得就像谁。科学也已经证实，婴儿出生后第一次看到的事物，会对他的心灵产生神奇的影响。那么，为什么没有人相信性教育应该从出生那一刻开始呢？

性教育可不仅仅是告诉孩子我们的生理解剖结构，还包括性别意识教育，对于身体的感知与判断，以及亲密感，等等。而这些，确实是从婴儿期便开始了。

婴儿的眼睛应该有均等的机会看到母亲和父亲的笑脸，如果他在生命的第一个月里总是看到母亲，而很少看到父亲，他对于两个性别的平衡的情感投入就会受到影响；如果婴儿看到的母亲总是微笑的，而父亲多是严肃的，他的心灵中便会积淀下关于性别的最初的差异判定，而我们以后的讲义中将会提到，这种判定可能是错误的。

婴儿的耳朵有权利听到来自男性和女性的同样温柔的声音，他虽然还无法理解这些话语的含义，但生命的本能可以感知语调、语气、语速等等所提供的信息，这同样将形成他对于男女两性的最初印象，而这又不可能不作用于他日后的心理成长。

婴儿的肌肤有权利接受最温柔的爱抚，如果你抱他的姿势不够协调，动作有些僵硬，他便会以哭声提出抗议，而他心灵中便会留下这样一种感知：原来拥抱是这样的不舒服！并进而影响他日后与他人的亲密接触。

婴儿的口唇有权利享受母乳的甜蜜。不要说母乳仅仅对婴儿的免疫力以及整体健康有利，母乳将作用于我们的性心理。这是与母体亲密的一种渠道，按照弗洛伊德的解释，吮吸满足我们的口唇“性欲”，同时带给我们一种安全感，使我们知道与另一个人建立亲密的关系不仅提供一种安全，而且提供一种爱抚。亲密感与爱抚的不缺乏，对于每一个心灵都是至关重要的。

婴儿的性器官有权利得到额外的关爱。当你为婴儿换下弄脏的尿布的时候，请一定放慢你的动作，温柔些，再温柔些！特别是当你为婴儿清洗的时候，更要小心，请选择婴儿的肌肤最适宜接受的温水，用质地柔软的棉巾，轻柔的动作……对于男婴，还要翻开他们的包皮清洗里面的污垢，这种清洗在婴儿几个月的时候就要开始了，不要以为男婴的包皮里面没有污垢。同样道理，也要清洗女婴的阴部。清洗性器官是最危险的作业，如果你的动作与

水温把握不当，就会使婴儿对任何加在那个部位上的动作感到反感与抵触，进而对那个部位产生排斥，而这必将影响他（她）成年后性意识的完美发育。

是不是太夸张点了？绝对没有。按着精神分析学的解释，每个成年人的心理状态，都受其婴儿期经历的深刻影响。当精神分析学家要分析一个人的心理疾患的深层根源时，他们会一直追溯到你的幼年，甚至婴儿期。

心理学家告诉我们，我们之所以能够学会爱，是因为我们被人爱着。父母对于婴儿长时间的凝视与触摸，唤起生命最初的爱。这种父母与孩子间的亲密的、充满爱的关系，将影响到孩子成年后与他人和异性的关系。精神分析学的观点是，我们之所以会爱一个异性，实质上是随着年龄的增长，我们需要将对父母的爱外延、转移到他人身上。

我们前面谈过母乳喂养的重要，事实上，即使是孩子略大几个月，需要用汤匙喂食物了，在喂养方式上的细微差别也将影响一个孩子的成长。对于喂养方式影响个体心灵甚至民族性情的研究，是心理学、人类学等许多学科重要的研究手段。同样是向一个婴儿的嘴里喂流食，汤匙的大小不同，填放的速度快慢，动作的强弱等等这类不同，都将影响到一个孩子的爱心培养。

一个在婴儿时期便充分地培养出依恋与爱的孩子，在其以后的成长中会很自然地形成同情、自信、独立等美德。这完全是因为，爱是自信与独立意识的土壤，成年人也是一样，如果我们知道某人爱自己，会更加独立地去面对世界或其他环境。这种依恋与那种过分的依赖，性质是不同的。有学者指出，有些精神病患者就是从来没有学会爱的人。

我们在摇篮里经历的世界，将一直陪伴我们长大成人。

### 第三节 自慰，一件简单的事

#### 一、幼儿自慰：你面临的实战考验

还记得我们曾留下的预习题吗：“看到不到一岁的孩子玩弄性器官，你怎么办？”

如果说我们此前谈到的性教育，还是父母单方面给孩子制造环境、对孩



子施加影响，那么，当你第一次看到孩子自慰的时候，你就真的需要与这个幼小的心灵互动交流了，你所面临的第一次实际操练考试也开始了。

最让我奇怪的一件事情是，许多为人父母者竟然不知道自己的孩子从什么时候开始性自慰，有人甚至对我说：“那应该是青春期之后的事情吧？”恕我直言，这样的父母是不够负责的。

只要对你的孩子多一些观察，就会发现，在一岁之前，孩子就肯定有过性自慰的举动。女孩子通常表现为交叉两腿或并紧，而男孩子最为明显，完全不应该未被观察到。当然，这时候开始的性自慰并不一定就一直持续到青春期和成年，通常会自然地中止。这是没有明确的性意识下的性自慰，与那种确切地知道自己进行性活动，并明确期望以此达到性快乐和性高潮的性自慰在心理层次上是完全不同的，所以，我们也就应该采取不同的应对措施。

我们面对着一个困境。对于成人世界来讲，我们已经清楚地知道，性自慰如果得体得法，并无什么害处，特别是当性自慰者具有成熟而科学的性观念与性知识的情况下，甚至可以起到缓解心理压力，释放被压抑的性功能，从而有利于身心健康发展的作用。但是对于几个月大的幼儿则不同了，他们没有办法理解性自慰意味着什么，我们也无法告知他们应该如何进行安全而健康的性自慰。当一个小男孩使劲儿地揉捏自己的阴茎时，或当一个女孩子触摸、挤压她的阴蒂的时候，他们很可能将自己的性器官弄伤、弄脏。而当成年人目睹这一切时，成年人会感到不舒服。

这里就涉及一个在性教育过程中十分重要的问题，请允许我姑且命名为“年龄阶段性标准”。对于同样的事情，比如性自慰，我们在孩子不同的年龄，应该采取的方法与态度是有区别的，这种区别不是基于价值观上的差异，而是基于对孩子的理解能力与行为能力的判定。关于这种不同的标准，我们在此后涉及不同问题时还会不断提到。

对于婴儿的自慰要加以观察。如果注意到他（她）的举动不会给性器官带来伤害，就不必理睬。但是，如果担心他（她）的动作太猛烈了，就应该装作没有注意到他（她）的自慰，很随意地要求他（她）做一些事情，以便他（她）自己将手移离性器官。或是讲他（她）爱听的故事，同时似乎无意地将他（她）的手轻轻拿开。

之所以这样做，只是因为担心他（她）盲目的自慰会伤害他（她）的性器官。所以，我们在这个他（她）无法理解很多事情的年龄，对他（她）采取了这个“年龄阶段性标准”。

最糟糕而又最经常被父母们采用的方式，是明确地，甚至大喊大叫地告诉孩子们不能性自慰，以粗鲁的动作将他们的手生硬地拉离性器官，乃至申斥他们，甚至当着孩子的面与其他家庭成员谈论孩子的自慰，表示你对这行为的“不可思议”以及担忧的情绪。如果你这样做了，你就永远无法从我们这个“性教育小教室”里毕业了。要知道，你所做的，将深刻影响孩子的心灵，而不仅仅是他（她）对自慰的态度。你简直就等于在告诉他（她）：性器官是可怕的，自慰是可怕的，性是可怕的，而他（她）则是有罪的。孩子对于性的羞耻感与罪恶感，就是这样建立起来了，而这很可能影响他（她）的一生。

孩子玩弄生殖器官是一种正常的行为，是求知欲的一种表现。斥责与惩罚会伤害他们的求知欲，进一步会影响他们将来对学习、探讨的积极性。

精神分析学揭示出，那些从来没有从性交中获得快感的成年女性，其中许多都是因为幼时玩弄性器官被父母发现受到严惩的后果。

要知道，婴儿和幼儿阶段的这种性自慰，仅仅是基于一种生理的本能反应，一种对快感的好奇和无意识求索，对于孩子来讲，这并不是性。

平静地转移孩子的注意力，这，就是你此阶段唯一需要做的事情。

## 二、自慰的“少年标准”

那种没有明确性目的，仅仅是一种无意识本能的自慰，往往会自然地消失。即使持续存在，通常也不会成为一种习惯。真正需要让父母们费些心思面对的，是即将出现的那种有明确的性意识与性高潮目的的性自慰。据统计，80%以上的男性及60%以上的女性，都承认有过这种性自慰。

这种性自慰开始的年龄有很大差距。有人是在成年之后甚至成婚之后才开始，不属于我们这里关注的问题了。资料显示更多人是在青春期开始，但也有人在幼年时便开始，而笔者，清楚地记得自己是从五岁时开始的。

十岁左右时，我们能够明确地感受到性高潮了，自慰的动机在于寻求这