

让青春的日子 阳光灿烂

主编 苏颂兴 刘永良

青春健康项目的理论与实践

上海市计划生育协会青春健康项目丛书



上海人民出版社

主编 苏颂兴 刘永良

让青春的日子阳光灿烂

青春健康项目的理论与实践

上海市计划生育协会青春健康项目丛书



上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

让青春的日子阳光灿烂:青春健康项目的理论与实践/
苏颂兴,刘永良主编.—上海:上海人民出版社,2006

(上海市计划生育协会青春健康项目丛书)

ISBN 7-208-06571-3

I. 让... II. ①苏...②刘... III. 青春期—性教育

IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 121429 号

责任编辑 张 珏

封面装帧 王晓阳

·上海市计划生育协会青春健康项目丛书·

让青春的日子阳光灿烂

青春健康项目的理论与实践

苏颂兴 刘永良 主编

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 635×965 1/16 印张 18.5 插页 4 字数 202,000

2006 年 11 月第 1 版 2006 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 7-208-06571-3/B·551

定价 26.00 元

序 言

青少年是祖国的未来,民族的希望。在青少年身上我们可以看到社会的形象。青春期是人的生理、心理发展的关键时期。在对青少年进行科学文明进步的世界观、人生观、价值观教育的同时,加强性与生殖健康教育,倡导健康的生活方式,将有利于青少年的健康成长、未来人口整体素质的提高和现代化合格建设者的培养。

青少年性与生殖健康教育是一项前瞻性、探索性的工作。为了推进这项工作,上海市计划生育协会在多年来进行青春健康国际合作项目的实践基础上,组织专家撰写了《让青春的日子阳光灿烂——青春健康项目的理论与实践》一书,引入了国际上先进的理念和方法。该书的出版,将为各级政府、有关部门,以及青少年性与生殖健康教育的工作者,提供科学决策、科学管理和规范操作方面的有益参考。

加强青少年性与生殖健康教育是一项

全新而严肃的工作。我们要以对青少年负责、对上海的未来发展负责的态度,积极开展青少年性与生殖健康教育,不断提高青少年的综合素质,促进青少年健康、全面发展,使广大青少年成为身心健康、全面发展的有用之才,为上海的现代化建设贡献智慧和才华。

谢玲丽

(上海市人口和计划生育委员会主任)

2006年10月

前 言

青春期是一个性开始走向成熟的时期。从此,生命向后延续的十多年里,一个青年人将谱写人生精彩的篇章:为国家做贡献、为事业创成就,同时也为自身的发展——寻觅异性对象,完成恋爱、结婚、组建家庭、养育子女等一系列的活动。

毋庸讳言,性是人生的重要组成部分。因此如何引导青少年进行正常的异性交往、如何帮助青少年接受健康的性教育,成为家庭、学校和社会必须认真对待的重要课题。西方把这一教育叫作“生殖健康教育”,在我国其含义更宽泛一些叫作“青春健康教育”。从性教育的时代特征出发,许多专家和学者指出面对这一现实课题我们必须把握好三个方面的内容。

一是性的安全健康教育。当代青少年生活在改革开放的时代。西方生活方式,尤其是性的观念已经通过各种渠道渗透到他们的头脑中,但他们往往忽视了性的安全

和健康。今天,当艾滋病和各种性病在我国迅速蔓延正在严重威胁人类健康的时候,从安全和健康的角度对青少年进行性教育,并提高教育的实效性,显得尤为重要。

二是性的权利和义务教育。人类在享受性爱幸福和愉悦的同时,要为配偶、家庭和子女尽自己应尽的义务。在这方面,当代青少年往往缺乏必要的责任意识。特别是有的青少年会把结婚以后的事情提前到结婚以前来做,当自己还是个孩子需要父母照顾的时候却当上了“少女妈妈”。作为独生子女的他们在物质生活精神生活中都享受着来自家庭和社会无尽的关爱,但没有学会付出。特别是对以“付出”为本质特征的爱情,他们缺乏一个全面的认识和准备。

三是与性相关的价值观教育。且不说不同的价值观决定了未来不同的择偶标准,就是连今天青少年与异性交往或选择青春偶像,也同样受到影响。在他们的心目中,“帅”或“靓”或“酷”是唯一的,有的价值取向在市场经济条件下出现了明显的世俗化倾向,注重经济实力而忽视人品、性格。性教育所涉及的价值观教育,关乎其未来生活的幸福感受、质量和水平。

在对许多国家和地区的青春期性教育进行考察之后,我们发现,尽管各国和地区存在着文化背景、历史传统、观念习俗等方面的明显差异,但无论是生殖健康教育还是青春健康教育,在确定青春期性教育的目标、任务和功能上,依然表现出相当的趋同性。这为比较研究、相互学习提供了基础,概括起来有四个共同特征:

第一,以人为本。各国各地区的性教育都立足于本国本地区青少年身心发展的现状,结合本国本地区社会文化背景,制定相适宜的整体化教育目标。因为成长中的青少年,其感情、态度和认知

是一个整体,不可能单打一去完成认知目标,而无视感情、态度目标的存在。处于青春期的所有孩子,不管男孩女孩,也不管行为越轨与否都要接受性教育,不能有“被遗忘的角落”。

第二,任务明确。性教育贯穿于人生的各个阶段,但每个不同的阶段都有不同的性教育任务。青春期性教育,应该是人生命历程中一个特殊阶段的教育,其教育任务有着阶段性和层次性的特点。孩子处在什么阶段,就完成什么阶段的性教育任务;不同孩子有不同的需求,要有针对性地开展不同的性教育,一切都因人而异。因此青春期性教育,是一项具体而细致的教育。

第三,伦理至上。性教育发展到今天,各国各地区的专家学者和青少年教育工作者取得了共识,即应当把性道德、价值观教育放在青春期性教育的核心位置。仅传授性知识、性技巧是远远不够的,缺失了性道德的性行为,无异于动物性的本能。因此,性的自然科学知识是教育的认知基础,性的社会科学知识是选择性行为的基本依据,而性伦理性道德的培养和树立是性教育的最终归宿。

第四,正面引导。在过去较长的时期里,各国各地区青春期性教育主要是帮助青少年解决避孕、性传播疾病、性障碍等一系列问题,整个教育的功能处于消极应对的状态。这样的教育是不能从根本上解决问题的。近年来,这一教育已经逐渐从发挥其解决青少年问题的限制性功能转向鼓励青少年主观能动意识的发展性功能,也就是说,从其发挥矫正的功能开始,逐渐走向重视培养的功能;从其强调满足个体需要的功能开始,逐渐达到重视发挥其社会的功能。

这些共同点在客观上也是青春期性教育时代特征的体现。比如,“伦理至上”所体现的权利和义务教育,“正面引导”所体现的与

性相关的价值观教育等。它们强烈地反映了性道德观念、性价值观对于生殖健康教育、青春健康教育的重要意义。

其重要意义首先在于,正确的性道德观念和性价值观,可以使青少年正确控制性生理本能和性的欲望,避免做出不理智的性行为。其次,正确的性道德观念和性价值观,可以使青少年恋爱及建立未来家庭有一个健康的开端和健康的发展方向,有利于双方感情建立在道德原则基础上,从而获得稳固的、长远结合的保证。再者,正确的性道德观念和性价值观,可以使青少年性行为趋于完善,达到升华的境界,即用社会的、道德的理性的力量来掌握、驾驭生物的、本能的、感性的力量。

这些共同点为我们提供了相互学习借鉴的基础,更重要的是为我们打开了开展具有中国特色的生殖健康教育,即青春健康教育的大门。

那么如何引进国外先进的性教育理念和办法,如何开展有中国特色的青春健康教育,正是本书撰写的目的。作为一个指导原则,在这里,我们要引用两段精辟的论断:

世界卫生组织人类生殖规划署亚太地区负责官员王一飞教授说,我国的青少年青春期性教育既要顺应时代开放的潮流,正视当前存在的问题,采取更为开放的态度积极引导和疏通,同时也不能照搬照套西方国家的经验,因为性教育问题不仅是生物医学问题,还涉及到道德、信仰、文化、传统等方面,所以要因地制宜,根据不同民族、不同地区、不同的经济发展水平和不同的人群,采取不同的教育模式。

我国著名的医学专家吴阶平教授认为,青春期教育是针对青少年进入青春期生理和心理的特点进行的,从总体上说是人格教

育、人生教育、思想道德教育、爱国主义教育、遵纪守法教育、性知识和性道德教育等方面的综合性教育。他还指出,性知识教育可以指导青少年保持性的生理和心理健康;而性道德教育则能够帮助青少年在顺利完成青春期转折过程中建立起高尚的情操;在性观念上的自尊、自重、自爱教育,有利于青少年人格的健全发展。

现在我们的青春健康教育正是沿着这一方向开拓前进。2000年,中国计划生育协会与美国帕斯(即 PATH)适宜卫生科技组织合作,在全国 12 个省会城市和单列市的城区和部分农村,开展“促进中国青少年生殖健康”国际合作项目(简称青春健康项目)。上海作为 12 个城市之一,自始至终参加了项目的准备、培训、调查和实施方案设计等工作。经过五年的努力实践,取得了显著的成效。

本书对该项目进行了较为全面的研究和阐述,其框架和结构主要体现在:

第一部分是开展青春健康项目的背景,包括:青春期是怎样一个人生的特殊期?指明这是青少年生理心理发展的急风暴雨期;对传统青春期教育进行反思,提出颠覆传统观念的重要性;介绍国外生殖健康项目的兴起和发展趋势,以及这一项目引进的过程。

第二部分是开展青春健康项目的方法,包括:参与式学习和行动(英语的缩写为 PLA)是怎样一门学问;它在生命教育和同伴教育中的运用;它与亲青服务以及亲青服务培训的关系,阐明了在实践中它如何运用于青少年社会工作,在理论上它如何通过多样化、艺术化和最优化来体现发展的科学化。

第三部分是青春健康项目的自身研究,包括:项目培训效果、服务质量和政策环境监督的定量评估;项目的国际比较、城际比较和区域比较研究,分别从社会与文化、政策与法规和创新与研究的

角度加以分析。

第四部分是青春健康项目的展望,包括:青春健康项目的战略发展思考,从不同的侧面如专业化队伍、市场化服务、社区工作制度、流动人口服务提出了各自的对策;青春健康项目教育理论的发展趋势,从人口数量与质量的远景、以人为本与人的全面发展、和谐社会与公共政策的完善三个不同角度来阐述青春健康教育的新起点。

目前,中国人口总量已经突破 13 亿,到 2010 年将接近 14 亿,2030—2040 年再达到 15 亿左右后,有可能逐渐转向零增长。显然,控制人口数量,提高人口素质,特别是提高年轻一代的人口素质(包括科学文化素质、身体素质和道德素质),已经成为我国人口发展战略的首要任务摆在我们面前。英国作家狄更斯在他的名著《双城记》开头的那句话是:“我们处在一个最美好的时代,但是我们又处在一个问题多多的时代”。从发展眼光看,挑战与机遇并存,我们要解决许多过去不曾遇到的问题,而解决新问题,寻找新的发展机遇,就首先需要提高年轻一代的综合素质,只有青年人才是未来中国的希望,只有年轻一代的不懈努力才能展现出和谐中国的蓝图。

孙常敏

(上海市计划生育协会常务副会长)

目 录

序言 谢玲丽/1

前言 孙常敏/1

第一章 青春期：人生的急风暴雨期/1

青春期提前的实证研究/1

青少年成长事务的起点/5

青少年性的需求与矛盾/7

关注少女妈妈/13

性教育的困惑与抉择/17

第二章 反思传统的青春期性教育/27

传统中国性观念的历史衍变/27

风险社会的视角：性知识、性安全与性道德/33

赋权：我国青春期性教育的首要目标/38

性教育的突破：观念与方法/42

第三章 青少年生殖健康项目在海外的兴起及引进/47

美国的非政府组织 PATH/47

ARH 与青春健康项目/48

PLA:参与式学习和行动/53

青春健康项目的总体部署/56

第四章 青春健康项目在上海的试点与实践/61

青春健康项目实施前的调查准备/61

青春健康项目的方案与实施/70

青春健康项目的监督评估/85

青春健康项目的成就、经验与发展/88

第五章 新兴的 PLA 是一门实践的学问/96

诊断工具与评估方法/96

PLA 的原则与特征/101

PLA 的实现途径与技巧/104

PLA 在生活技能中的应用/116

第六章 PLA 在生命教育和同伴教育中的应用/121

生命教育与 PLA/121

同伴教育与 PLA/135

第七章 亲青服务与青少年社会工作/145

亲青服务与青少年社会工作的关系/145

性别、角色与社工价值观/147

艾滋病、公共秩序与社工伦理/152

吸毒、违法犯罪与社工作用/157

性行为、人际关系与社工技巧/161

第八章 亲青服务培训的科学化/167

亲青服务的基本特征/167

服务方式的多样化/170

交流咨询的艺术化/173

干预策略的最优化/187

第九章 青春健康项目监督的定量评估/192

青春健康项目涉及的监督评估/192

监督与评估系统/196

培训效果的评估/204

服务效果的评估/210

政策环境的评估/216

第十章 青少年生殖健康项目的比较研究/220

国际比较研究:社会与文化/220

城际比较研究:政策与法规/223

区域比较研究:创新与特色/230

第十一章 青春健康项目的战略发展思考/237

专业队伍拓展的长效机制/237

市场化服务的可持续运作/240

建立社区工作的制度/243

推进流动人口的服务/248

加强实践探索 and 理论创新/251

第十二章 青春健康教育理论的发展趋势/255

人口数量与质量的远景/255

以人为本与人的全面发展/262

和谐社会与公共政策的完善/270

青春健康教育的新起点/274

后记/280

第一章

青春期：人生的急风暴雨期

进入现代社会以后，人的青春发育提前了。这种提前现象主要见于世界各国经济文化生活水平较高的城市中。其主要表现为女孩月经初潮和男孩首次射精的年龄均有不同程度的提前。

青春期提前的实证研究

许多研究表明，世界范围内，在过去的 100 年间，女孩的初潮年龄大约提前了 3 年。第二次世界大战以后，在那些经济发达的国家，青春发育提前的现象特别明显：瑞典、挪威、芬兰、丹麦、荷兰、英国和美国，女孩月经初潮年龄平均每 10 年提前 4 个月；日本青少年早熟的速度超过了欧美，女孩月经初潮年龄在 1961—1972 年间提前 6.8 个月。在我国也有调查结果显示，北京、上海和武汉等大城市女孩的月经初潮年龄 1960 年平均为 14—15 岁，1990 年提前到了 12—13 岁。现在发达国家女孩初潮年龄提前趋势已基本稳定，但发展中国家这种趋势大约还要持续。

究竟是什么因素促使人的青春发育提前？十年前人们认为这主要是经济发展生活提高营养丰富的结果，而现在这一见解已被

各种研究结果所取代。虽众说纷纭,但都能自圆其说。这样,青春提前的原因在某种程度上似乎变得“模糊”了。因为任何青春提前理论都是一个(群)特殊对象的特殊状况,结果相同,个个有别。但是不管怎么说,有关青春提前因素的研究,昭示了这一现象提前的复杂性以及国际社会对这一现象的广泛关注。

有一点是肯定的,即青春提前与多种因素有关,单一因素已经不能完全解释这一变化,它是多种因素综合作用的结果。

下面我们一起来检索近年研究青春提前因素的文献:

一是在饮食和营养结构变化的情况下,种族因素与青春发育提前相关。

《美国公共卫生杂志》2005年第四期发表北卡罗来纳大学林达博士的一项研究成果,研究规模为6500个样本。作者认为,青春提前不仅与儿童肥胖症发生率密切相关,而且与种族也有关联。其研究发现,黑人女孩与白人女孩相比,月经初潮发生在11岁之前的可能性要高55%,而西班牙裔女孩比白人女孩高76%。亚裔女孩在14岁或14岁以上进入青春提前可能性要比白人女孩高65%。而这些现象都和女孩的体重有关:月经初潮在11岁之前的女孩中有40%超重,而在11岁之后发生月经初潮的女孩中超重的比例只有25%。

二是儿童青少年长时间暴露在电视等人造光源下,就有可能导致性早熟。

有学者认为,儿童过多地看电视会导致青春期的提前到来,而影响青春发育的,是其体内被称为“睡眠激素”的褪黑激素,即褪黑激素越低青春提前比例越高。据英国《新科学家》杂志报道,佛罗伦萨大学罗伯特等人的研究结果支持了这一假设。他们对