

大学生性健康教育读本

性心理与性健康

主编 王慧 萧会军



第二军医大学出版社

性心理与性健康

主 编:王 慧 萧会军

副主编:何桂宏 黎学涛

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 慧 左良军 刘志宏

刘佩健 何桂宏 张新中

萧会军 黎学涛

第二军医大学出版社

内 容 简 介

为进一步加强性心理学研究和性健康教育,减少社会成员,特别是广大青少年的性无知和性困惑,预防性疾病、性变态、性犯罪的发生,我们编写了《性心理与性健康》一书。

本书描述了性心理学与生物学、社会学、伦理学等学科的关系;从心理学角度对不同年龄、不同群体的性心理,正常与异常的性心理进行了分析;对性功能障碍、变态性心理、性犯罪等产生的原因、表现和防治,以及性行为与性病的关系进行了探讨;并对性心理卫生、性心理咨询、性心理治疗和性健康教育等问题也作了较为详尽的阐述。

本书既可作为高等院校性健康教育、性心理卫生等课程的教材,又可作为社会成员,特别是大学生性科学知识的读本和临床医师的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

性心理与性健康/王 慧,萧会军主编. —上海:第二军医大学出版社, 2003.11

ISBN 7-81060-349-3

I. 性… II. ①王… ②萧… III. ①性心理学-青年读物 ②性教育-青年读物 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 093127 号

性心理与性健康

主编:王 慧 萧会军

责任编辑:孙立杰

第二军医大学出版社出版发行

(上海市翔殷路 818 号 邮政编码:200433)

全国各地新华书店销售

徐州医学院印刷厂印刷

开本:850 mm × 1 168 mm 1/32 印张:11.5 字数:288 千字

2003 年 11 月第 1 版 2003 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 7-81060-349-3/G·030

定价:19.80 元

前 言

性心理学是研究人类在性行为中的心理活动及其规律的一门科学,是心理科学的一个重要分支。近年来,由于生物-心理-社会医学模式的兴起,心理学在许多领域都有了很大发展。然而,由于传统观念的束缚,性心理学的研究和性健康的教育却未能得到应有的重视。

对于性心理的研究和性健康的教育,我们不可忽视它,因为它可以导演出一个个震撼人心的悲喜剧。我们也不可轻慢它,因为异常的性心理、性的不正常积蓄和宣泄都会造成十分有害的社会后果。性传播疾病、嫖娼卖淫、性侵犯等都足以使千百万人在变形的性活动中毁灭。

从医务人员的职责看,医务人员对解除人们的性苦恼、性疾患的作用是不可低估的,有了性问题的人都希望能从医生那儿获得支持和帮助。但是,在临床工作中,医务人员本身缺乏性科学知识的现象是相当普遍的。从医学知识结构看,由于医学教育本身缺乏系统的性科学教育,所以,广大医务人员和医学生的性科学的知识结构缺乏完整性和系统性。因此,在高等医学院校开展性心理学有关知识的教育,对在职的医务人员进行适当的性科学职业后教育,是十分必要的。

性包含有生物和社会的两重性,性行为和性心理是生物本能、生理驱动、精神意志、法律习俗和道德规范诸因素相互作用的结果,是多元辐射的交点。因此,对此应

进行全方位的认识和思考。基于这一点,本教材描述了性心理学与生物学、社会学、伦理学等学科的关系;从心理学的角度对不同年龄、不同群体,正常与异常的性心理进行了分析;对变态性心理、性犯罪行为及其与性病的关系作了一定的探讨。此外,对性心理卫生、性心理咨询、性心理治疗和性健康教育等问题也作了较为详尽的阐述。

参加本书编写的有扬州大学、江西医学院、赣南医学院、牡丹江医学院等院校的医学心理学、性心理学教师和性病防治医师等。经过大家的通力协作,对初稿几经修订,编写出了这本《性心理与性健康》。在本书的出版过程中,《徐州医学院学报》编辑部的罗杰、孙立杰同志给予了极大的支持和帮助。此外,牡丹江医学院的岳文杰、赵宝玲等同志也参与了部分章节的编写,扬州大学的印永、赵艳霞、郭林旺和陈丽同志为本书的编写也做了很多工作。在此,一并表示衷心的感谢。

由于编者水平有限,加之时间仓促、资料匮乏,本书在内容和文字方面还欠雕琢,谬误之处在所难免。欢迎批评指正。

王 慧

2003年11月

目 录

第一章 性心理学概述	(1)
第一节 性科学概述	(1)
第二节 性心理学及其与相关学科的关系	(3)
第三节 性心理学的研究内容和方法	(5)
第四节 性心理学发展简史	(7)
第二章 西方性心理学基本理论	(11)
第一节 弗洛伊德的性心理学理论	(11)
第二节 霍理士的性心理学理论	(21)
第三节 社会学习理论流派的性心理学理论	(27)
第四节 文化人类学家的性心理学理论	(30)
第三章 心理活动与性行为	(37)
第一节 心理过程与性行为	(37)
第二节 个性与性行为	(45)
第四章 性行为的社会控制	(56)
第一节 性与社会	(56)
第二节 性与伦理	(68)
第三节 性与法律	(84)
附录一:全国人大常委会《关于严禁卖淫嫖娼的决定》	(88)
附录二:《关于惩治走私、制作、贩卖、传播淫秽物品的 犯罪分子的决定》	(90)
第五章 性生理与性心理	(93)
第一节 两性性生理	(93)
第二节 不同年龄阶段的性心理	(105)

第三节 特殊群体的性心理	(137)
第六章 性心理卫生	(153)
第一节 性心理卫生概述	(153)
第二节 不同年龄阶段的性心理卫生问题	(158)
第三节 女性的性心理卫生问题	(198)
第七章 性行为紊乱	(203)
第一节 性行为紊乱概述	(203)
第二节 性功能障碍	(205)
第三节 性变态	(227)
附录一:性感集中训练法	(255)
第八章 性犯罪心理	(257)
第一节 性犯罪概述	(257)
第二节 性犯罪心理的形成	(261)
第三节 不同类型的性犯罪心理	(269)
第四节 性变态犯罪	(276)
第九章 性行为与性传播疾病	(280)
第一节 性传播疾病概述	(280)
第二节 性行为与性传播疾病	(284)
第三节 性传播疾病与临床	(292)
第四节 艾滋病	(295)
第十章 性心理咨询	(304)
第一节 概 述	(304)
第二节 性心理咨询的基本条件和原则	(309)
第三节 性心理咨询的形式和程序	(312)
第四节 性心理咨询的综合技术	(317)

第十一章	性心理治疗	(324)
第一节	概 述	(324)
第二节	性心理治疗的原则和程序	(325)
第三节	性心理治疗的理论和方法	(327)
第十二章	性健康教育	(337)
第一节	性教育概述	(337)
第二节	性教育的内容	(343)
第三节	性教育的原则	(352)
第四节	性教育的实施	(354)
参考文献		(360)

第一章 性心理学概述

第一节 性科学概述

性,是生物繁衍的基础,是人类延续的前提。

人人离不开性。可是不知从何时起,人们把性划入了禁区,讳莫如深。甚至把性和罪恶连在一起,将其视若洪水猛兽,谈性色变。

随着现代科学的发展,人类可以乘坐宇宙飞船遨游茫茫太空,去征服宏观世界,也可以借助电子显微镜研究物质结构,去洞察微观世界。但人们对于生命科学的一个重要组成部分——性科学却知之甚少。

性科学(sexology)是研究人类的性、性欲和性行为的形成、发展和差别的一般规律的科学。它涉及到性生理学、性心理学、性社会学、性伦理学、性教育学和性医学等多门学科。

性科学作为一门科学,经历了比其他任何一门学科的发展更为艰难的历程。其根本原因就在于性具有很强的隐秘性。注意性的隐秘性是人类摆脱野蛮走向文明的一个标志。赤身裸体生活在伊甸园里的亚当和夏娃,吃了知识之树上的果子,变得心明眼亮,第一件事就是找来树叶遮住阴部。坚持性的隐秘性是符合社会道德规范和社会习俗的。反之,在大庭广众之下男女调情做爱、异性面前病态的阴部暴露等则会受到世人的谴责,甚至法律的制裁。

同其他事物一样,性隐秘也具有二重性。它有利于家庭的稳定和社会的文明。但极端发展的性隐秘也有其弊端。

性隐秘可造成人们,特别是青少年的性无知,甚至性愚昧。人

类对事物的认识源于感知觉,人类行为的形成来自学习和模仿。在其他认识领域,人们通过口头传授、书面文字、实际示范等来传授知识。通过这种接力棒式的方法,人们积累前人之知识,总结古人之经验,从而使认识变得完善而深刻,且可不断飞跃。可是在性认识领域,人们却羞于谈性,耻于谈性,这方面的知识无人传授。每个人都必须从初始的蒙昧状态起步,其性知识的获得靠个人摸索。成功与失败,痛苦和欢乐,经验及教训,自己都说不清道不明。即使广大的临床医师和医学生,对性方面的知识也缺乏系统而全面的了解。人们有了性问题常常无处求医,有的只好求助于江湖游医。生活中性无知、性愚昧的例子简直是不胜枚举。如,一位男中学生由偶然的自慰行为发展为经常遗精,以为得了什么见不得人的病,感到十分恐惧,由此导致神经衰弱,严重影响了学业和健康。又如,一对夫妇结婚多年未孕,妇产科医师检查时才发现女方处女膜未破,而尿道口却异常扩大。原来这对夫妇婚后数年一直在尿道口性交,但却误以为女方无生育能力。

此外,性隐蔽还可造成性神秘,甚至引起性反常。清代戊戌变法领袖谭嗣同曾经说过:“把东西秘密地藏在那里,不让人看,那么别人想看的心情就愈加迫切。”性神秘激发人们出现好奇心理,性禁锢导致人们产生逆反心理。特别是情窦初开的青年人,他们更渴望了解异性,了解性。由于科学的性教育途径不畅,正常的认识渠道堵塞,结果导致一些人以不正当的方式去窥视异性,甚至发展为性心理行为变态。一些人从黄色影视、书刊中去了解性,黄色鸦片使其在不知不觉中走上性犯罪的道路。生活中这样的例子比比皆是。有的男青年常常乔装混入女浴室、女泳池的更衣室以偷看女性裸体为乐,有的出现窥阴的邪欲而无法摆脱,还有的看完黄色录像即效法模仿……

无数的教训告诉人们,性欲望禁绝不了,性问题回避不了。在性这块阵地上,科学隐身藏形,卑微低下,势必导致无知、偏见和迷

信耀武扬威,横行霸道。因此,学习性科学知识,开展性健康教育,已成为现代文明社会的一项重要任务。

性科学是一门严肃的内容广泛的新兴交叉学科。它和黄色、淫秽的东西有着本质的区别。后者追求的是感官的刺激,满足的是动物性的需要,使人违背科学、丧失理智,只能造成道德的沦丧和世俗的败坏。而性科学以严肃、认真、坦率的科学态度教人们掌握有关性的科学知识,指导人们用理智克服冲动,使性行为符合正常的生理要求,符合社会风尚和道德规范的要求,使人们的两性情感高尚、夫妻关系和谐。

因此,开展性科学研究、普及性健康教育、倡导性行为卫生不仅有益于家庭的幸福和稳定,而且也有利于社会的文明和进步。

第二节 性心理学及其与相关学科的关系

人类的性是由生物因素、心理因素和社会因素共同构成的。性的生物因素是指人类性行为是性器官及其他系统协同活动的有序的生理过程。生物因素是人类性活动的基础。性的心理因素是指人类性活动是个体的动机、态度、情绪、人格及行为的综合体现。有的学者认为,人类性活动的本质是心理现象。性的社会因素是指家庭、人际关系、文化、宗教、法律、道德、习俗等影响、塑造、调整着人类的性行为。

性,是人类生活的重要组成部分。人类的性并不仅是为了繁衍种族,而且有更为丰富的内容。就个体而言,性的正常发展有利于身心健康;就家庭生活而言,性的美满和谐,可以提高生活质量;就整个社会而言,对性的科学研究和教育,有助于加强社会的文明建设。因此,进行性科学的探索和研究,对个人、家庭和社会都有

不可低估的作用。

由于对性的不正确认识,产生了性无知、性无节、性苦恼、性障碍和性罪错等一系列问题。这些既影响人们的身心健康,又妨碍社会的精神文明建设。在现实生活中,单纯由生理因素引起的性问题并不很多,而心理、社会因素所导致的性障碍、性罪错等却屡见不鲜。因此,开展性心理、性生理、性道德等知识的教育,普及性心理卫生知识,加强性心理学的研究是当前一项重要的工作。

性心理学(psychology of sex)是研究人类性活动中心理现象的发生、发展规律的一门科学。它是心理学和性科学的一个重要分支。

性心理学是一门综合性的边缘学科,它涉及生物学和社会学两大研究领域,它与生物学、社会学、性医学、发展心理学、教育心理学、医学心理学等都有十分密切的关系。

作为心理学的一个分支,性心理学与其他分支学科相关。如:发展性心理学研究的是个体成长过程中不同年龄阶段的性意识差异、性心理特点等;性教育学根据人在教育过程中的心理活动规律,研究性教育的内容和方法;医学心理学通过性心理咨询、性心理治疗来处理性心理问题;变态心理学从人格变态的角度研究性心理障碍的原因及矫治等。

作为性科学的一个组成部分,性心理学与性医学的关系也十分密切。前者以性行为的心理活动为基础,探索心理、社会因素对不同人群性行为的影响及其规律;后者以解剖学、生理学等理论为基础,从临床角度研究性功能障碍、性心理障碍、伤残与性等问题。例如,在探求性变态的原因时,临床医师注重的是性变态行为的生物因素,用身体功能的缺陷来解释性变态;而心理学家则侧重分析患者的童年生活经历,从动机、人格特点上寻找性变态的原因。此外,性心理学与性生理学、性人类学、性社会学等学科也有一定的联系。它们各自从不同的角度对“性”进行研究,拓宽了性科学的

研究领域。如:性生物学侧重于研究性生理和性疾患;性社会学侧重于研究性哲学、性伦理学、性犯罪与性教育等;性人类学侧重于研究性演化、性习俗及跨文化的性问题等;性心理学侧重于研究性心理反应、性心理咨询和不良性行为矫正等。

综上所述,性心理学既要探讨性心理现象的生物学基础,如探讨性行为的生物学起源,研究性心理的生理解剖基础;又要讨论性心理现象的社会学基础,包括性行为与家庭婚姻的关系、性的教育与性道德的关系等。由此可见,性心理学与医学、生物学、社会学、伦理学等有着千丝万缕的联系。性问题的最终解决有赖于多学科的合作。

第三节 性心理学的研究内容和方法

性心理学认为,人类的性行为绝不仅仅是生物性的本能反应,而是包括感知、记忆、思维、情绪情感、意志和个性特征在内的心理因素以及人际关系、群体作用、责任道德、理智和品质等社会意识因素与生物学因素相互作用的结果。从这些错综复杂的相互作用中,探索性行为的心理活动规律,为人类的性心理适应提供依据,促进人类的性健康,这是性心理学研究的理论任务。针对各种客观存在的性心理现象和问题,提供咨询服务,给予有效的帮助,探索性心理与性功能障碍等疾患诊治防护的措施,这是性心理学研究的应用任务。

一、性心理学的研究内容

性心理学的主要研究内容包括:①心理活动对性行为的影响以及性活动中的心理反应。如认识、情绪情感和意志等心理过程

对性行为的影响,气质、性格等个性心理特征与性行为的关系,早恋、离婚者的心理等。②两性的心理差异,男女性反应周期等。③性的社会化及社会问题。如人的性差异、性角色与性社会化的关系,性的社会问题,性与伦理道德以及性教育的开展,性犯罪的预防,性文明的建设等。④不同年龄阶段的性意识差异,即婴儿期、儿童期、青春期、中年期和老年期的性心理特征、性表达方式等。⑤特殊群体的性心理。如伤残者的性心理、计划生育中的性心理、性患者的性心理等。⑥性功能障碍、性心理和性行为障碍的成因及防治等。由此可见,性心理学的研究内容是很丰富的,研究潜力是很大的,同时也说明了性心理学研究工作的复杂性和艰巨性。

二、性心理学的研究方法

性心理学既要研究正常的性心理活动,又要研究异常的性心理现象;既要研究个体性行为中的心理规律,又要研究群体乃至社会的性心理问题。因此,对性心理学的研究要综合采用心理学、生物学(包括医学)和社会学的研究方法。

由于传统观念的束缚,人类对性行为的了解至今仍很不全面,对性心理活动进行科学研究至今仍存在很大的阻力。但只要 we 坚持以唯物辩证法为指导思想,坚持理论联系实际的研究方法,坚持实事求是的研究作风,就可以打破性心理学实验研究的禁区,使人类对性心理学的科学探索不断深入发展。

性心理学研究的方法一般可分为观察法、调查法和实验法。

(1)观察法 是指通过被观察者的各种外显行为来了解其性心理活动。可分为一般观察与参与观察 2 种。

(2)调查法 是指研究者拟定一系列问题要求被调查者予以回答,整理所获得的资料,从而了解其性心理活动。常用的方法有访谈法和问卷法。

(3)实验法 是指人为地控制和改变条件,观察、分析和研究

性心理活动的变化,探讨其性心理现象的变化规律。一般可分为自然实验法和实验室实验法。

第四节 性心理学发展简史

人类社会有关性的思想,可以追溯到公元前几千年。性心理学的思想在古代哲学、文学和医学等学科中均有体现。然而由于性心理学本身的复杂性和研究工作的艰巨性,性心理学至今未形成一个完整的科学体系。尽管如此,许多科学工作者面对家庭和社会的强大压力,有的甚至冒着身败名裂、被捕坐牢的危险,坚持对性心理进行深入的研究和有益的探索,在实践中取得了很大的成就,为性心理学的发展作出了巨大的贡献。

由奥地利学者克拉夫特·埃宾(Von Kraft - Ebing R)著的《性心理病》于1886年出版,成为性心理学的奠基性著作。因而,1886年就成了现代性科学的开端。

德国医学家布洛赫(Bloch I)于1906年首创“性学”一词,著有《性学手册大全》等书,他最早把社会学的研究方法应用于性障碍的研究,为性教育作出了不懈的努力。布洛赫被称为“性学之父”。

英国医学家霭理士(Ellis HL)从1896年到1928年先后出版了巨著《性心理学研究》七大卷。他收集了数百个性研究实例,是最早系统收集这方面材料的研究者。霭理士被公认为是性心理学的创始人。

此外,对性心理学的发展产生重要影响的人物还有几位,他们分别代表着性心理学研究的3个发展阶段。

第一个发展阶段是性心理学研究阶段。其代表人物是奥地利心理学家弗洛伊德(Freud S)。弗洛伊德的《性学三论》(性变态、幼

儿性欲、青春期的改变)阐述了性心理在人类心理活动中的重要影响作用及其活动规律,论证了性动力对潜意识形成的决定性作用。他的研究促使人类对性有了较为开明的态度,也使得性科学得到了更大程度的社会认可。然而,弗洛伊德精神分析学说的核心就是性欲,他的“泛性论”并不符合客观实际,因而激起了人们普遍的反对。

第二个发展阶段是性行为的描述研究阶段。其代表人物是美国生物学教授金赛(Kinsey AC)。20世纪40年代前后,他和助手们对不同肤色、不同年龄、不同职业、不同文化和不同地区的人的性行为进行了长期而广泛的调查。被调查者达1.7万人,对每个被调查者提出的问题多达350条,完成了迄今为止世界上最大规模、最详尽的性行为调查分析,并据此调查写成两本专著——《男性性行为》和《女性性行为》,成为性科学的经典名著。金赛的研究也有其不足之处,即他得出的结论完全依赖于被调查者的描述,缺乏实验研究证据,故难以十分全面地反映客观实际。

第三个发展阶段是性反应的实验研究阶段。其代表人物是美国妇产科专家玛斯特斯(Masters W)和心理学家约翰逊(Johnson V)夫妇,他们在美国著名心理学家、性反应实验研究的开创者华生(Watson JB)工作的基础上并肩闯入性反应实验研究的禁区,并获得极大成功。他们开始时以妓女为实验对象,主要通过手淫的方法使其产生性反应并记录女性性反应的各种变化。后来又有许多男子前来充当志愿受试者,他们采用种种现代化的实验技术,全面记录人们在性兴奋期间的生理变化。1966年,他们的第一部专著《人类性反应》问世。他们根据382个女人和312个男人性反应的实验研究结果,提出了人类性反应的四阶段分期法,第一次详尽描述了在整个性反应过程中各个时期男女生理指标的变化。玛斯特斯夫妇在性反应研究的基础上,又开始对性治疗进行研究和探索,创立了一些卓有成效的疗法。例如,他们对男性早泄的治疗,成功

率几乎达 100%。由于他们对性心理学的发展作出了重大贡献,所以他们成为了现代性医学的真正奠基者和当代性科学的权威。

我国传统医学与性保健、性疾患防治的渊源甚深,在一些医学典籍中均有丰富的描述。例如,我国早期关于性保健、房中术的专著有《素女经》、《玉房指要》等,在《黄帝内经》等医著中也可见到性医学内容。唐代孙思邈所著《千金方》也是一本性保健和医治性疾病的方书。到了明清时期,性医学有了更大发展。明初朱棣主编的《普济方》中性医学选方堪称方书之冠,陈司成所撰性医学专著《霉疮秘录》中已用砷剂、汞剂及土茯苓、蚕体等药物治疗梅毒。我国古代性心理思想集中表现在顺应正常的生理和心理需要,克服“以妄为常”的异常心理,提倡房事适度,强调养生保健。

解放前,我国性心理学的主要工作是应用研究和普及有关性心理卫生知识。解放初期,一些心理学、教育学和医学工作者也在不同范围内开展了一些性心理学的研究工作和科普宣传。近年来,随着心理学知识的普及和发展,性心理学在我国也有了新的发展。1982 年,吴阶平等编译的《性医学》的出版,标志着我国性学的研究有了一个新的开端。

此外,亚洲性学联合会副主席、上海大学社会学教授刘达临于 1985 年开始重点研究性科学,已发表各类专著 70 余本。1989 ~ 1990 年,他成功地主持了全国 2 万例性调查,被称为“中国的金赛”、“亚洲性学第一人”。20 世纪 90 年代后期,在他的努力下又建立了我国第一个性文化博物馆,为研究中国的性文化、保护性遗产、发展性科学付出了大量心血。美国《时代》周刊载文誉其为“引导中国走向幸福的 21 世纪的六个代表人物之一”。

目前,还有不少有志者正积极致力于性心理和性行为的理论研究和实验研究,开展性功能障碍、性变态的矫治和性犯罪的预防,着力于对不同人群进行不同类型的性教育和性心理咨询,加强性道德和性心理卫生的宣传等工作。可以预见,我国对性心理的