

中学生青春期教育



ZHONG
XUE
SHENG
QING
JIAO
YU

上海社会科学院出版社

中学生青春期教育

上海社会科学院青少年研究所

姚佩宽 陈树恒 郭 贞

上海社会科学院出版社

责任编辑 余同 南浦

封面设计 邹越非

中学生青春期教育

上海社会科学院青少年研究所

姚佩宽 陈树恒 郭贞

上海社会科学院出版社出版

(上海淮海中路622弄7号)

新华书店上海发行所发行 浙江诸暨印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 6.125 字数 139,000

1986年5月第1版 1986年5月第1次印刷

印数 1—15,000

书号 7299·003 定价 1.15元

前 言

《中学生青春期教育》是上海社会科学院的一个重点科研项目，由我所姚佩宽、陈树恒、郭贞同志负责编写。

本书的主要阅读对象是中学教师、中学生家长以及所有关心青少年教育的同志。

本书在调查和实践的基础上，分析了正处在青春发育期的中学生的生理、心理特点，向教师和家长阐明了对中学生进行青春期教育的必要性和重要意义，叙述了青春发育期必须进行的性基本知识教育、性道德教育、青春期的指导等内容和教育原则、方法。对如何正确处理中学生中出现的友情与爱情、性爱与性冲动及异性之间的关系等问题也作了较详细的说明。本书还针对少数中学生出现性错失足的问题，对他们犯错误的动机、原因及预防、矫治的措施，作了分析和论述。

我们的愿望是通过这本书能够帮助中学教师和中学生家长了解和认识处于青春期的中学生，掌握科学的教育内容与正确的教育方法，从而提高教育效果。

本书编写过程中，得到上海市教卫党委和市教育局的大力支持。中国性教育研究会（筹）主任、上海中医学院党委副书记洪嘉禾同志审定了本书稿，并写了序言。上海市教育局副局长刘元璋同志也审阅了书稿。上海市有一百所中学，曾以本书稿作教材，进行青春期教育的尝试，收到较好效果，并提出了改进意见。我们在此一并表示衷心的感谢。

由于编书时间仓促，难免存在问题和不妥当的地方，希望大家提出宝贵意见。

上海社会科学院青少年研究所

一九八五年十二月

序 言

中学生的青春期教育，是一项值得学校、家长、社会关注的重大问题。中学生正处于长知识、长身体的重要时期，结合他们身心发育的特点，青春期教育不能回避青春期的性教育。早在1963年，敬爱的周恩来总理就指示医务工作者，一定要把青春期的性卫生知识教给男女青少年，让他们能用科学的知识来保护自己的健康，促进正常发育。1973年，周总理又向有关部门的同志询问实施性卫生教育的情况。1975年，他老人家病危时，还一再嘱咐：一定要把青少年性卫生教育搞好。

1985年12月，上海市教育工作会议制定了《关于进一步加强本市青少年教育工作的意见》，《意见》把“积极探索、开展青春期教育工作”作为重要内容，并且提出青春期是青少年成长的关键时期，教育部门要在试点的基础上，逐步把青春期教育工作纳入教育体系，给予各方面的保证。

就青春期教育的内容和目标而言，不但要使青少年学生对自身的性解剖、性生理有一定了解，正确理解男女之间的差别，消除性神秘、性愚昧和性恐惧心理，而且还要使他们了解什么是真、善、美和假、恶、丑，给予青少年以理想和道德教育，使青少年身心素质能健康地得到发展。

不言而喻，这要通过学校、家长和整个社会的共同努力，也是学校、家长和社会的共同责任。

中学生处于青春期身心发育的重要阶段。学校也是少年男女、青年男女学习和活动的主要场所。对于养成他们尊重异性的品质、对于引导男女间的正常交往、对于良好的“性角色”

行为的熏陶，学校和教师的作用，就显得非常重要。中学生既处在长知识、长身体的时期，也处在形成人生观的时期，根据他们的生理和心理特点，进行青春期教育，学校和教师的责任也应是十分明确的。

从孩提时候起，“性角色”的培养、青春期的知识和卫生、良好的异性交往的引导，也是父母亲推诿不了的责任。父母和自己的孩子朝夕相处，孩子也易于接受父母的教育，父母的重要作用，是别人不可替代的。可是，如今很多做父母的，却并不了解对子女在这方面的教育应做些什么工作。

今天，大众媒介诸如广播、电视、报纸、书刊……无时不在对青少年学生造成各种影响。如何通过家庭、学校和社会的共同努力，对青春期学生进行教育，也已成为一个新的社会课题。青少年是我们国家的未来，这也是广大医学家、教育家、心理学家、社会学家、文学家、艺术家等有关专业工作者的共同责任。

1985年7月下旬，上海市曾举办过我国第一次性教育讲习班，来自全国十八个省市的大学教师、医师、计划生育工作者和社会科学领域的八十多位同志参加了讲习班，学习了性生理、性心理、性变态、性道德、性罪错、性教育、人口道德的功利主义等专题；并在讲习班的基础上成立了中国性教育研究会筹备委员会，普及性教育、研究性科学。这是关系到每一个家庭的幸福，关系到一代代青少年身心健康成长的大事。

现在上海社会科学院青少年研究所，在进行大量调查研究工作的基础上，编写了《中学生青春期教育》一书，很值得称道，希望能引起广大教师、家长和社会的重视，大家都来关心青少年的青春期教育，搞好青少年的青春期教育。

中国性教育研究会(筹)主任 洪嘉禾

目 录

第一章 青春期教育的必要性和重要性.....	(1)
一、什么是青春期教育.....	(1)
二、青春期教育的必要性.....	(3)
三、青春期教育的重要性.....	(7)
四、青春期教育的现实意义.....	(16)
第二章 青春期生理特征之一：外形巨变和体内机能的健全.....	(19)
一、身体外形上的变化.....	(19)
二、体内机能的健全.....	(23)
第三章 青春期生理特征之二：性的萌发与成熟.....	(27)
一、女性生殖器官与生殖机能的成熟.....	(27)
二、男性生殖器官与生殖机能的成熟.....	(34)
三、青春期生理发生变化的原因.....	(39)
第四章 青春期的心理特征之一：不稳定与多变.....	(41)
一、“闭锁性”与“开放性”并存.....	(41)
二、走向社会和要求实践的欲望增强.....	(45)
三、“过渡性”与“可塑性”.....	(48)
第五章 青春期的心理特征之二：性意识的发展.....	(52)
一、渴望了解性知识及两性关系.....	(52)
二、对异性的暂时疏远.....	(64)
三、对异性的好感.....	(64)
四、模仿性的初恋.....	(66)
五、爱情的萌芽与发展.....	(67)
六、性意识的几种典型表现.....	(71)

第六章 性的基本知识 教育.....	(75)
一、性器官解剖生理知识.....	(77)
二、性心理卫生知识.....	(77)
三、青春期疾病的防治.....	(86)
四、性知识教育应掌握的几个原则.....	(94)
第七章 性的道德观念 教育.....	(97)
一、什么是道德.....	(98)
二、什么是性道德.....	(98)
三、对中学生进行性道德教育的内容.....	(99)
第八章 青春期 指导.....	(110)
一、理智与冲动.....	(110)
二、友情与爱情.....	(112)
三、美与丑.....	(130)
四、荣与辱.....	(140)
第九章 性错失足的预防与矫治.....	(147)
一、性错失足的动机、表现和后果.....	(147)
二、性错失足的原因.....	(151)
三、性错失足的预防与矫治.....	(167)
四、性兴趣的转移.....	(178)
第十章 青春期教育是学校、家庭、社会的共同任务.....	(181)
一、学校在青春期教育中应起主导作用.....	(181)
二、家庭的密切配合是教育中不可缺少的环节.....	(184)
三、社会教育对青少年成长起着十分重要的作用.....	(186)

第一章 青春期教育的必要性和重要性

一、什么是青春期教育

(一) 什么是青春发育期

一个人从儿童过渡到成年的中间时期，称“青春发育期”或简称“青春期”。青春发育期的划分，世界各国尚无一致的定论，只是一般地定为10—20岁。但是，就青春期开始的年龄、发育速度、发育程度而言，有很大的个体差异。中学生处在13—19岁的阶段，正是青春发育时期。

青春期又是性萌发和趋向成熟的阶段，第二性征发育是青春期的突出表现，是身心全面发育的一个重要标志。中学生从性不成熟、不能生育逐步发育为性成熟、有生育能力的青年人。女生的发育标志是月经初潮，男生的发育标志是遗精的出现。青春发育是决定人一生的体格、体质、心理和智力发育的关键时刻。

(二) 世界性的青春发育提前

世界上许多国家，特别是经济发达的国家，由于出生率低、生活条件优越以及现代文明等各种因素影响，出现了青春发育提前的现象。世界卫生组织有资料表明：欧洲女孩子月经初潮的平均年龄已从十九世纪中叶的16—17岁提前到二十世纪中叶的12—13岁。美国女孩子月经初潮的平均年龄，五十年前是15—16岁，现在是12—13岁。日本女孩子在1909年平均初潮年龄为14.10岁，1967年则已提前到12.11岁。

由于性发育的年龄提前，改变了青少年认识自我性征和性欲的年龄期。性成熟与达到开始性生活的年龄差距拉大了，不能

不引起对青少年性教育的重视。因此，世界上许多国家都在探讨、研究对青少年的性教育问题，可以说，青春期性教育已成为世界性的研究课题。

(三) 近年来,我国青少年的生理发展同样明显加速

下表是1955年和1983年十七岁中学生的体质调查情况，通过对比可见一斑。

指标	性别	1955年	1983年	增长率(%)
身高	男	1.66米	1.71米	3.1
	女	1.56米	1.598米	2.4
体重	男	51公斤	55.1公斤	8
	女	45公斤	47.8公斤	6.4
胸围	男	77公分	81.5公分	5.8
	女	74公分	75.8公分	2.4

据现有资料统计，二十年前，女生月经初潮平均年龄是14岁，现在是13.52岁。初一女生中月经初潮已从个别到占57.93%。男生第一次遗精的平均年龄是14.15岁，初二学生已有59.34%有射精体验。

中学生的身高、体重、胸围的增长和性发育提前是好事，但他们的自我认识与这种“增长”和“提前”却未成正比。例如，对性生理知识无知；心理上的恐惧、担忧等消极因素；不懂得用道德标准约束自己；更不知道在两性间的法制观念。由此，出现了早恋、性错失足等种种失误。如何使我们的中学生在性成熟之前或性成熟的过程中作好应有的思想准备呢？这对教育者提出了一个新的课题：必须加强中学生的青春期教育。

(四) 青春期教育与性教育

“青春期教育”与“性教育”，含义有所不同。“性教育”一般指的是性的卫生知识教育，包括对儿童、青少年和成人的性科学基本知识教育。青春期教育包含着性的基本知识教育，但它属于道德教育的重要组成部分，比性教育含义要广泛得多，其内容远远超过性教育的具体范围。另外，从对象的年龄划分来看，只是指处在青春发育期的中学生，不包括儿童和成人。

青春期教育大致包含以下一些内容：青春期性的基本知识；人和动物之间在性方面的差别以及性本能上的不同表现；如何区别男女同学之间的友谊与爱情的关系；培养美好的个性特点：如忠贞，自尊，勇敢，坚毅，举止文雅，乐于助人，以及女性的自爱、温柔和男性的刚强、尊重女性等；青年人的理想与道德观念；两性之间的法制观念；青年的体态美和精神美及对自己行为的负责态度；青年的尊严与荣誉；对已经恋爱的中学生的帮助与指导；珍惜青春年华，努力学习等等。

值得注意的是，不要把青春期教育局限于性知识的传授。传授性的基本知识，目的不仅在于使中学生科学地了解自身在青春发育期的生理、心理的变化，保证身心健康成长，能够正确地对待自己和异性，更重要的是使中学生把自己的生理需要理智地同道德原则结合起来，并能把道德原则化为日常的生活准则，做一个有高尚道德的人。它对达到社会主义教育的基本目的具有十分重要的意义。

二、青春期教育的必要性

青春发育期是人在生理上急剧变化的时期。在思想和感情方面，青春期也是一个变化发展较快的时期。由于生理趋向成

熟和思想、感情成熟的程度存在差距，中学生会遇到各种短暂困难和产生许多心理矛盾，需要成人的理解、关怀、引导和帮助。

（一）性成熟与人格成熟不一致的矛盾

青春发育初期的中学生，随着第二性征的出现和日益明显，开始朦胧地意识到男女性别间的差异。此时的男女学生都会程度不同地出现富于幻想、易于激动和对异性好奇、热情、羡慕等现象。

中学生的精力十分旺盛，需要增加活动量，扩大活动范围。可是，中学生心理水平提高的速度相对缓慢，这样就使中学生比较缺乏合理调节和支配自己活动的的能力。如果这个时候不去正确引导他们开展有益的活动，他们容易将过剩的精力用于不正当的活动上。

中学生的脑神经系统结构和机能的发育逐渐成熟，使他们的好奇心、求知欲也得到了增强。在他们身上表现出好问、好动、好奇的特点，对什么都感兴趣，都想探个究竟，都想亲自尝试。但是，由于他们的辩证思维能力发展得不成熟，遇事容易偏激、固执。如果缺乏正确的教育引导，他们也就不容易找到正确的活动途径。

中学生的性器官和性机能的发育成熟，使性欲逐渐强烈起来，引起了他们一系列的复杂的心理变化，如有些中学生出现了“初恋”。如果缺乏正确的社会道德观念和性方面的有关知识，他们就容易接受外界的不良刺激，为所欲为地去追求性欲的满足，从而导致失足和犯罪。

（二）社会风气对中学生的影响

现在的中学生接受教育早，接触社会面广，来自社会各方面的大量信息，潜移默化地影响着他们的思想和行为。同时，

中学生的品德又影响着社会风气。所以中学生的思想、品德和社会风气之间，存在着互相影响的关系。应该看到，社会上存在的不良风气的影响，剥削阶级享乐主义的腐蚀，西方腐朽思想意识的侵袭等，都会给中学生造成不良的后果。

从国外流传进来的和国内沉渣泛起的淫秽书刊、黄色照片等给刚进入青春发育期的中学生以强烈的性刺激。据有关方面的分析统计，有些中学生在观看中外电影、电视时不能分辨是非，常从反面去了解、认识，无法控制自己的理智而做了错事，直接影响着社会风气。

社会上的青年男女在交往中的种种表现，如公园里、马路上，男女青年谈情说爱中过于亲昵、有伤风化的举止，使不少中学生受到了更直接的影响，有时就出现了仿效和尝试成人谈朋友的偏差行为。

由于学校、家庭不能满足中学生对性知识的渴求，因此他们对社会上流传的黄色淫秽书刊、黄色手抄本十分好奇，很有兴趣。这些黄色手抄本详细地描绘了性行为，迎合了中学生对性知识的需求，刺激中学生的感官。某些中学生产生了突发性的性欲要求，并在一时的冲动下不择手段地去获得满足。从传阅过黄色手抄本的中学生中可以看到，黄色手抄本对诱使中学生犯两性错误起到的腐蚀、教唆的作用是令人吃惊的。进入工读学校的女生，传阅过手抄本后犯两性错误的占百分之百。有些中学生传阅了手抄本后，当天就犯两性错误。有一位少女在听流氓讲授手抄本中的故事情节后，即同意与那流氓一起尝试书中描写的情节。

正由于某些中学生受到来自社会的不良风气和思想意识的腐蚀侵袭，他们表现出了道德观念和审美观念的颠倒，需求结构的恶性膨胀。他们不知道在人与人的关系上，尤其在两性

关系方面所要遵循的行为规范，也分辨不清什么是美的，什么是丑的，为了满足自己日益膨胀的欲望，干出了违背道德规范，侵犯他人利益，出卖人格、国格，违法犯罪的蠢事和坏事来。

（三）青春期是性错失足的关键年龄

从我们对大量的青少年犯两性错误案例的调查分析，可以看到，他（她）们的始犯年龄是十一、二岁到十四、五岁。这个年龄正是一个人从儿童向成人过渡的阶段，又是一个人性机能由萌发到成熟的时期，也是一个人道德品质和世界观初步形成的关键年龄。因此，把这一时期的教育搞好，将直接关系到中学生的健康成长。

在这一时期中，由于社会、家庭、学校的相互作用影响，中学生在生理、心理上出现了错综复杂的矛盾：依附关系与自主要求的矛盾；物质需要与满足可能的矛盾；活动能量与认识水平的矛盾；性生活要求与社会道德、法制的矛盾；等等。他们表现得既懂事又不懂事，既能独立思考又往往以偏概全，既有独立性又不能自我约束；因此，十分需要得到正确的教育和引导。如果他们接触了不良的社会风气，缺乏自制能力，又未得到正确的教育和引导，就很容易染上劣迹，出现偏差行为，甚至走上犯两性错误的道路。

总之，无论是分析中学生的生理、心理变化情况和性错失足的年龄特点，还是考察给中学生以巨大影响的社会环境、社会风气，了解国外对中学生进行青春期的性教育的方法和内容，都会使我们看到，对处在被不少中外心理学家称之为“暴风骤雨时期”、“心理性断奶期”、“危险年龄时期”的中学生，及时进行青春期教育，具有十分重要的现实意义。

三、青春期教育的重要性

青春期教育是学校、家庭、社会教育中的一项重要内容。不少中外有识之士，不畏长期存在的对性教育的误解、歧视和反对，致力于研究儿童、青少年所需性教育的内容、途径、措施，已经取得了一定成果。

（一）国外性教育一瞥

由于世界性的青春发育提前和社会文明的进步，性和性教育问题的禁区已逐步打开。对中学生进行青春期的性教育已引起许多国家的重视，成为一个国际性的课题。苏联、日本、美国、瑞典等国家都十分重视对中学生进行青春期的性教育。

第二次世界大战后，日本面对社会上出现的性混乱现象，由文部省为初、高中确立了“性指导”方针。开始阶段是实施“纯洁教育”，以确立男女平等和传统的道德秩序为主要内容。六十年代中期，面对性解放浪潮的猛烈冲击，开始了以传授性科学知识为主的“性教育”阶段。七十年代中期，性解放浪潮的加速，使青少年性意识和性行为发生骤变，现在每10名日本高中生中有近2人有过性行为，而且这个数字还在不断上升，尤其不容忽视的是女学生的卖淫活动。文部省认为，“性指导”应进入第三阶段，即“人性教育”，今后不仅要让青少年懂得男女两性的差别、人的发育和成熟以及妊娠分娩等生理科学知识，而且还要让他（她）们知道生命的可贵和男女友爱的重要。目前，针对社会上有关性的报道泛滥成灾以及不正当性行为的增加，日本文部省为初、高中确立了新的“性指导”方针，由二十名学者、教师组成的“协助者”会议，以原有教育为基础，研讨开展保健教育和“性指导”的内容和实施范围，

并为初、高中教师编写一本有关“性教育”的指导手册。目前，日本已有一百多种有关性教育的书，可供儿童、少年、青年、父母、教师等不同年龄、不同对象的人阅读。

瑞典对全国青少年实行早期性教育，取得良好效果。早在1956年，瑞典就开始对全国七岁以上的青少年进行性教育。当时，这项措施遭到了激烈的反对。反对者认为，进行早期性教育会造成十多岁青少年性行为增加。但早期性教育实行近二十年来的结果表明，性知识在青少年中大大普及，青少年在早期就消除了对异性的神秘感。从1975年以来，十多岁的青少年之间发生性行为的比例比以前降低了三分之一。现在，家长们都赞成对孩子实行早期性教育，孩子们也乐意接受这种教育。

六十年代和七十年代初，苏联各学科领域的研究人员，特别是医生，已在自己的著作中提到性和性教育。1976年，苏共第二十五次代表大会强调指出，必须改变以往对性教育所持的态度，并通过一整套综合的教育方法，要求所有教育机构和更多的社会团体都来关心这一工作。在明确必须对青年人进行性教育后，苏联政府也相应地采取了一些初步措施，如在教学计划内规定安排性教育的内容，称为“个人卫生课”。在莫斯科基洛夫区的一所保健大学，这门功课已开设两年，其教学目的是帮助青年男女进入家庭生活，该校在晚间还设有咨询处，由各方面的专家，诸如精神病理专家、教育学家、社会学家、记者、药理学家等和十年制的高年级学生见面。莫斯科第一七五中学还专设一门称为“性教育”的选修课。课堂教学是通过两性关系的种种事例的讨论而进行的。弗拉基米尔国立师范学院等单位出版了《如何做幸福人》一书，这是一本专为普通高中教师和年级主任编写的教学法手册，主要指导教师如何在

八、九、十年级（苏联普通中学的高年级）的同学中开展作为道德教育一个组成部分的性教育，其中包括性教育的授课内容以及具体做法。这本教学法手册也提供了教学大纲、专题要点和每个专题所需要的课时。

总之，在六十年代以前，许多国家都受到传统思想的束缚，长期对性教育持保守的态度。从六十年代初，性教育开始有组织、有目的地开展起来，尽管对能否在青少年中实行性教育，世界各国舆论都有不同意见，可是，不少国家还是建立起组织，设置了课程，编写出版性教育书籍、制作幻灯片和影片等视听材料，设立“性”咨询组织等，并收到一定效果。由于各国面临的现实问题不同，所以各国性教育的任务也不一样，我们进行青春期教育与世界各国性教育亦有距离和差异，但可以从中得到启发和借鉴。

（二）我国青春期教育现状亟需改变

由于种种原因，我国青春期的性教育工作，尚未很好开展，虽然不少地区、单位在这方面进行了种种实践性的尝试，探索研究有关性方面的教育内容、措施，编写有关教育资料等，但到目前为止，这一切还仅在自发地进行，尚未得到政府部门有领导、有组织、有计划的指引。相信不久的将来，这方面的教育活动将会有所改善和发展，并将取得较好的效果。

建国三十多年来，我国的教育工作一直没有给青春期教育以应有的一席之地，更谈不上在普通教育中开设系统的科学的青春期教育课程。造成这些现象的原因主要是认识问题。

在认识上有三个看法：① 自然知道论；② 不懂为美论；③ 诱发论。

“自然知道论”认为：性的知识是随着年龄的增长自然会知道的，不必用语言、文字来传授。有不少人认为性欲是人的本