

美国性健康权威机构研究成果，父母必备书

最难开口的 对话

解答孩子的性问题

(美) 性健康医学研究院 组织编写



为各年龄段
孩子的家长
准备

医学博士 J. Thomas Fitch 和 Melissa R. Cox 编辑

罗海玲 翻译

云南出版集团公司 晨光出版社

和您的孩子

谈论有关性的话题

让您紧张焦虑、如鲠在喉吗？

谈论性将会是一个使您和您的孩子发展一段更有益和更有意义的关系的绝佳机会。性的形象充斥着今天的文化，孩子们能从很多地方了解到有关性的知识，但研究表明他们更希望从你们这儿学习。

本书告诉您如何开始这样的对话。这些开诚布公的对策中包括大量最新的信息，切合实际的深刻见解，以及就孩子们所提的性问题的恰如其分的答案。性健康医学研究会向您提供有效的工具，并赋予您对话的勇气，使您和孩子能更有效地就性、自制和自尊进行沟通。本书的关键策略是通过创造您和孩子们必需的不间断的、诚实的对话，帮助他们在未来健康、快乐并获得幸福。

“做了三十多年的儿科医生，我终于找到了一本全面而完整的性教育家长用书——《最难开口的对话—解答孩子的性问题》。”

Joseph R. Zanga, 医学博士, 美国儿科医科大学校长

“这本书是为家长对孩子进行性教育提供指引和信息的理想参考书，家长可以将自身的道德信条融合在对孩子的性教育中。”

Laura Schlessinger 博士,

美国全国广播电台辛迪加脱口秀节目主持人, 畅销书作家

“《最难开口的对话—解答孩子的性问题》对家长在各个人生阶段上都是有价值的工具。你们家里的年轻人需要听你们谈这些问题。我期待着和我全世界的同事们分享这本书。”

英国上议院 Taylor Warwick 勋爵

每一位有子女的家长都值得读一读这本书，这样，不仅能在教育子女的问题上得到宝贵的知识，而且能掌握很多实用的方法。

编者

ISBN 978-7-5414-3228-6



9 787541 432286 >

定价：22.00元

“这本书是为家长对孩子进行性教育提供指引和信息的理想参考书，家长可以将自身的道德信条融合在对孩子的性教育中。”

Laura Schlessinger 博士

美国全国广播电台辛迪加脱口秀节目主持人，畅销书作家

“做了三十多年的儿科医生，我终于找到了一本全面而完整的性教育家长用书——《最难开口的对话—解答孩子的性问题》。我会把这本书放在自己的办公室里让家长们阅读，并鼓励他们从孩子出生时起就买一本作参考。谢谢你们对于我这样的儿科医生的帮助，让我能够在一个支持性的家庭氛围中培养出健康、幸福和适应能力良好的孩子。”

Joseph R. Zanga，医学博士，美国儿科医科大学校长，
美国儿科医学院前院长，东卡罗来纳大学著名教授

“每个人的生命中都会面临一些重大的挑战，对于想让孩子了解这些挑战的真相的家长来说，这是一本实用的、不偏颇的、常识性的指南。本书的答案完全没有意识形态的个人色彩和政治色彩。”

Michael Medved，美国全国广播电台辛迪加脱口秀节目主持人

“作为家庭医师，我把医学研究院的这本书当作给我的执业和家庭提供可靠、准确和有数据支持信息的医学资源。哦，我多么希望几年前就能拥有这本书。它给每个有十几岁、二十几岁孩子或学步儿的家长提供了最新的可靠而实用的必备知识，因为他们的孩子正准备在已被污染和毒化了的现代文化海洋里扬帆出海。”

Walt Larimore，医学博士，医学杂志记者
畅销书《超级健康宝贝》和《上帝设计的超级健康少年》的作者

“《最难开口的对话—解答孩子的性问题》对家长在各个人生阶段上都是有价值的工具。作为前脱口秀节目主持人，我了解现代媒体对青少年的冲击。我想提醒家长们，你们家里的年轻人需要听你们谈这些问题。年轻人自控能力的强弱往往决定了他们成年后成就的大小。这本书教家长们如何帮助年轻人作出正确的选择。我要为医学研究院为家长创造这样一个互动的资源而鼓掌。我期待着和我全世界的同事们分享这本书。”

英国上议院 Taylor Warwick 勋爵

最难开口的 对话

解答孩子的性问题

(美) 性健康医学研究院 组织编写

内容编辑 J. Thomas Fitch
Melissa R. Cox

翻 译 罗海玲

云南出版集团公司 晨光出版社

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

图书在版编目 (CIP) 数据

最难开口的对话: 解答孩子的性问题/美国性健康医学研究院编; 罗海玲译. —昆明: 晨光出版社, 2009. 2

书名原文: Questions kids Ask about SEX—honest answers for every age
ISBN 978-7-5414-3228-6

I. 最… II. ①美…②罗… III. 青少年—性教育—问答 IV. G479-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 014469 号

©2005 by The Medical Institute for Sexual Health

Published by Fleming H. Revell
a division of Baker Publishing Group
P.O. Box 6287, Grand Rapids, MI 49516-6287
www.revellbooks.com

Paperback edition published 2007

Chinese Language Copyright © Aurora Publishing House 2008

版权所有 侵权必究

著作权合同登记号: 图字 23-2008-033 号

Questions kids Ask about SEX—honest answers for every age

最难开口的对话——解答孩子的性问题

(美) 性健康医学研究院 组织编写

内容编辑 J. Thomas Fitch Melissa R. Cox

原出版者  Revell

翻 译 罗海玲 版贸联络 黄 楠

责任编辑 杨 凯 李长征 美术编辑 李 昱

出版发行 云南出版集团公司 晨光出版社 (昆明市环城西路 609 号)

邮政编码 650034 印 装 昆明佳辰印务有限公司

开 本 880 × 1230 1/32 排 版 云南国防印刷厂

字 数 220 千 印 张 9

版 次 2009 年 2 月第 1 版 印 次 2009 年 2 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5414-3228-6

定 价 22.00 元

目 录

致谢	7
编者的话	12
英文原版序	15

第一部分 建构讨论的基础和框架

- 1 那个令人向往的社交聚会在哪里？——世界正等着您的孩子，您呢？ 19
- 2 您才是那个关键性人物！——您能让一切改变 25
- 3 什么是女孩子想要的？——关注、关爱和肯定 31
- 4 让我们开始探险吧——男人是这样炼成的 37
- 5 谈论“性”的原则——掌握倾听的技巧，这样他们才愿意说 43
- 6 还有问题吗？——父母需要知道什么？ 47

第二部分 您和孩子都想知道的答案

- 7 婴儿阶段——从出生到四岁 61
- 8 爱最重要——刚上小学, 5 到 7 岁 79
- 9 打破禁忌——小学中年级, 8 到 10 岁 101
- 10 再告诉我多一点——青春前期, 11 到 12 岁 123
- 11 胆大妄为的冒失鬼——青春期, 13 到 15 岁 147
- 12 自由落体——青春后期, 16 到 18 岁 183
- 13 离家——上大学以后 221

第三部分 性的现状

- 14 事实还是结果——性传播传染病 249
- 15 什么程度的安全才是真安全——您需要了解的关于避孕用品的知识 269

参考文献 275

致 谢

如果没有每位参与者的努力，这本书就不可能出版。性健康医学研究院要感谢每一位参与者所做的贡献和他们对帮助和激发父母与孩子讨论性问题所表现出的热情。

写作团队

Melissa R. Cox, 科罗拉多州的牧场高地

J. Thomas Fitch, 医学博士, 小儿科, 得克萨斯州圣安东尼奥

Patricia Francis, 医学博士, 小儿科, 加利福尼亚州莫拉加 (Moraga)

Wilson Wayne Grant, 医学博士, 小儿科, 得克萨斯州圣安东尼奥

Marilyn A. Maxwell, 医学博士, 内科/小儿科, 密苏里州圣路易
易斯

Joe S. McIlhaney Jr., 医学博士, 产科/妇科, 得克萨斯州奥
斯丁

Margaret J. Meeker, 医学博士, 小儿科, 密歇根州特拉维
斯

Paul A. Warren, 医学博士, 行为儿科学, 得克萨斯州布兰
诺 (Plano)

投稿人

W. David Hager, 医学博士, 产科/妇科, 肯塔基州列克星敦
Joneen Krauth Mackenzie, 注册护士, 护理学士, 威特
(Wait) 培训机构, 科罗拉多州丹佛市

Lynn Lutz, 哲学博士, 得克萨斯州达拉斯市

Mary Anne Nelson, 医学博士, 爱荷华州西达拉皮兹 (Cedar
Rapids)

Curtis C. STIsne, 医学博士, 佛罗里达州塔拉哈西
(Tallahassee)

研究编辑

Anjum Khurshid, 医药和外科学士, 公共事务硕士, 文学硕
士, 医学会, 得克萨斯州奥斯丁

校订

Lisa Beck, 科罗拉多州斯普林斯

Reed Bell, 医学博士, 佛罗里达州彭萨科拉 (Pensacola)

Kate Hendricks, 医学博士, 公共卫生博士, 得克萨斯州奥

斯丁

Gaylen M. Kelton, 医学博士, 印第安纳州印第安纳波利斯

David Roper, 得克萨斯州圣安东尼奥

Brooke Spencer, 得克萨斯州圣安东尼奥

Lynne Tingle, 哲学博士, 北卡罗来纳州夏洛特 (Charlotte)

编辑

Melissa Cox 是 Cox Creative 公司 (丹佛市的一家提供市场和广告全方位服务的公司) 的副总裁。之前是性健康医学研究院的市场和公共关系主任, 开发和创作了广受赞誉的观点尖锐的电视节目《性不是游戏, 只要想一想你就应该知道》, 该节目荣获“有线电视最佳影片和节目奖”。

她还是面向家庭的《医生》杂志的编辑和畅销书《婴幼儿护理大全》的执行编辑。

投稿人

J. Thomas Fitch, 医学博士, 是得克萨斯州圣安东尼奥市的儿科医生。他致力于帮助青少年病人的家长理解自己能够帮助自己的孩子避免参与高风险性行为如使用酒精和毒品及婚外性行为。他还是如何有效使用避孕套的美国知名专家。他是美国健康学会有效使用避孕套专家小组的成员。作为得克萨斯州儿科协会的前会长, 他给他的同行作了无数的专业讲座, 并在期刊上发表了大量的文章。他是得克萨斯州圣安东尼奥市得克萨斯健康科学中心大学小儿科系的临床教授。他是家庭必备的《婴幼儿护理大全》的内容编辑。他还是医生资源委员会的成员, 也是医学研究院的董事会主席。

Patricia Francis, 医学博士, 加利福尼亚州 Lafayette 的儿

科医生，从 1985 年起就开了私人诊所。作为两个女儿的母亲，她尤其关注年轻女性所面临的问题，包括饮食失调和性传播疾病。Francis 博士是海湾地区许多机构的志愿者，也是许多专业医疗机构的成员。而且，她是家庭必备的《婴幼儿护理大全》的内容编辑，还是医学研究院全国顾问委员会的成员之一。

Wilson Wayne Grant，医学博士，在得克萨斯州圣安东尼奥市开私人诊所，是最忙碌的私人儿科医生，为孩子们提供服务。他是一位有 30 年经验并极其善于和孩子沟通的儿童发展专家——而且特别愿意帮助青少年做出明智的选择。他写了许多书，包括《关于性：从家长到孩子》、《成长的家长，成长的孩子》、《慈爱的父亲及成功的策略》和《如何帮助孩子解决注意力不集中的问题》。他是许多专业医疗机构的成员，并且是南得克萨斯儿童康复中心的医学主任，他还在圣安东尼奥医学院的德克萨斯大学临床系工作。他也是医学研究院全国顾问委员会的成员之一。

Marilyn A. Maxwell，医学博士，内科和小儿科的教授，圣路易斯大学内科和小儿科住院医师联合实习计划副主任。之前，她担任了公民健康中心的医学主任。公民健康中心是一个规模很大的，由美国联邦政府资助的社区健康中心。在那里，她建立了一个青少年诊所，专门解决青少年的健康问题。她的许多病人是未婚妈妈和感染了性传播传染病的青少年。她是许多专业机构的成员，并且是家庭必备的《婴幼儿护理大全》的内容编辑。目前，她在美国小儿科学会的生物伦理学分部的执行委员会供职。她还服务于面向普通家庭的医生资源委员会及医学研究院的全国咨询委员会。

Joe S. McIlhane Jr.，医学博士，他是得克萨斯州奥斯丁市的一位产科和妇科医生。他于 1992 年建立了性健康医学研究

院。1995年，他离开工作了28年的私人诊所，全职地投入到医学研究院的工作中。他在圣大卫社区医院担任产科和妇科医生期间，专注于生殖技术、避孕技术的研究和性教育、性传播疾病和社会行为教育。McIlhane博士和其他三位医生一起把试管受精和胚胎移植技术引入奥斯丁。他在行医期间，写了5本关于性传播疾病的书。目前，他正就两种孪生的流行趋势——性传播疾病和未婚先孕，进行写作和演讲。他是六本书的作者，包括《女性关于卫生保健的1001个问题》和《性：你的无知会害了你》等。他还是乔治 W. 布什总统在性传播疾病及未婚先孕问题上的顾问。他目前服务于总统顾问委员会，致力于艾滋病的防治、疾病控制及进行防止青少年怀孕的全国性运动的研究工作。

Margaret J. Meeker，医学博士，是儿童和青少年医学方面的专家，在密歇根州特拉维斯市工作。她是全国知名的青少年健康问题的演说家并积极地致力于帮助女性青少年。她是《时尚与儿童灵魂的塑造》一书的作者。她参与了一系列家长必读出版物的编写工作。她是医学研究院美国顾问委员会的成员之一。

Paul A. Warren，医学博士，是行为儿科医生，在达拉斯开私人诊所。他擅长解决儿童的发展和行为问题，并且为多个学区的特殊教育提供咨询服务。他独自编写了3本书，与他人合写了9本书，主要致力于影响孩子健康成长的情感问题。他是许多机构的客座讲师，许多全国性的广播节目都作了他的特辑。他是面向普通家庭的医生资源委员会及医学研究院全国咨询委员会的成员。

编者的话

这是一本给家长看的书。

本书原英文书名为《Questions Kids Ask about SEX—honest answers for every age》。当编者第一眼看到这本书的时候，首先是以一个家长的身份问自己，这些问题我能回答吗？

在中国传统文化中，性是一个需要隐讳的，不能在大雅之堂讨论的问题，更不用说和孩子们交流了。父母往往是在女儿出嫁前，拿出一些性教育的压箱底给孩子们普及婚姻知识。在科学普及、互联网发达的今天，虽然中学有了生理卫生课，但对于性的内容，往往是老师布置学生自学。中小学生学习发育中遇到的问题，更多是从同伴、互联网、地摊文学中获得。这些知识不能说完全，起码有很多是偏颇的。大多数家长也不会和孩子讨论这些问题。因此，当别人问我能否回答孩子提出的性问题时，坦白地说，我不能。

其实，西方的家长和我们面临着相似的问题。任何一个良好发展的社会，都会有一些自然形成的禁忌，这些禁忌融化在

我们的血液里。西方心理学家曾经做过这样一个实验，用一些纸片写上两组词语，一组是一般词语，一组涉及一些负面词汇，比如脏话、关于性的用语，心理学家发现，对第二组词汇，实验对象的反映时间明显加长，他们往往是从抗拒、怀疑到确认。让他们把这些词再念出来，更加困难。也就是说在西方，一个需要在孩子面前保持自己形象的家长和孩子谈论性话题同样是困难的。

然而现实是残酷的。2007年江苏省的调查表明，超过3.9%的高中生发生过性行为，并且，大多数是无保护的性行为。医院的人流手术中，39%为未婚女性（包括成年人和未成年人）。2007年，广东省在大学生中进行的一项调查也表明，53.2%的大学生的性知识是通过“旁门左道”和“同学谈论”中获得的。他们性知识不完整，性心理发育不平衡，性成熟和人格成熟不同步。这提醒我们，在对孩子进行性教育和人格教育以及保护孩子方面，我们做的远远不够。

身为父母，有责任将性的知识传授给子女，对于孩子的某些行为要多多加以理解。社会在发展，观念在变化，父母青年时代的恋爱、性爱方式必然不同于新一代的恋爱、性爱方式；孩子的举止行为可能不一定符合家长的道德规范，这是社会发展的必然规律。所以，在性教育过程中，家长不应以自我为核心，应以孩子为中心，从真正为孩子着想，为了他们幸福、健康成长的角度去关心教育孩子。约束从来不是目的，而是一种教育孩子的手段。作为父母不可对孩子对性的关心与投入百般指责、挑剔，而应努力成为他们的朋友，帮助他们出谋划策。

因此，我们极力地向家长们推荐本书。

本书的编写者是美国的一个非盈利的研究机构，他们向美国和全世界的不同文化、不同宗教、不同意识形态的国家和机构提供有关大众健康、希望以及幸福方面的专业咨询。因此，他们的成果具有一定的普适性，也较少偏见。本书的编写者强调对少年儿童的性问题，最好用科学的语言来回答，这尽管与

我们的传统有些距离，但却是与我们的生理卫生教育的精神相吻合的。本书的以下特点非常明显：1. 强调性格塑造对良好心理发展的重要性；2. 强调孩子的自我控制和尊重对方意愿的重要性；3. 强调婚姻中的性是最美好的，是值得付出艰苦的等待的；4. 强调婚前性行为可能带来的各种性传播疾病的风险。即使对最保守的人来说，这四点所体现的价值观都是可以接受的。

本书另外一个重要特点就是根据孩子的心理、生理发展，强调尊重孩子，用孩子可以接受而又不伤害孩子心理的语言和他们进行沟通，不取笑他们的任何想法。书中曾经提到，“在性问题上，孩子的问题没有一个是愚蠢的”。“父母要随时提醒自己的孩子是有价值的，教会男孩子要尊重女性。教会女孩子要学会保护自己不受到伤害……”希望所有的父母都能记住这些有价值的话。作者给出的回答和一些实用的小窍门，非常有启发性和针对性。而书中写给上大学的孩子的几封样信，对问题孩子既不拒之门外，也不一味迁就，这种既表达了态度，又强调了亲情的表达方式，完全可以作为优秀散文，向更多的人推荐。

本书的编排是按照：基本知识、家长提出的问题、孩子提出的问题这样一个脉络来写的，而孩子又按从新生儿到大学不同的年龄分段。这样，孩子的问题难免有重复，但书中重复部分的回答大多是递进的，是根据年龄的不同作了一些修正的。

尽管本书的价值体系是相对保守的，作者也都是有医学和心理学背景的专家，但本书并不是不可更改的圣经，家长们完全可以对具体实施的细节做自己的调整，如果孩子的问题比较大，那么更明智的做法还是去请教专家。

本书的译文尽量忠实原著，但考虑到大多数读者不是专业人士，中文版对英文本的页间注和索引做了删除，但保留了原书的参考文献，专业人士可以通过参考文献找到更多进一步的成果。对原书中个别不适合中国国情的文字和网站，编者也做了微调。

英文原版序

性健康医学研究院出版《最难开口的对话——解答孩子的性问题》一书是要帮助像您一样的父母们如何应对这个棘手的问题——如何和孩子们谈“性”。您从一堆令人眼花缭乱的图书中挑中这本书，很可能是您知道您该跟孩子们谈论这个话题了，但却不知道从何说起。您觉得自己有些孤立无援，而这本书正是您的好帮手。

医生、教育学家、父母代表们与性健康医学研究院一起从全国的教师、医师和父母那里收集到 400 多个问题，并将它们汇编成册。我们也通过搜索青少年聊天室和相关的教育网站了解孩子们真正想知道什么。我们并不想让读者们认为本书所罗列的问题及答案都是至关重要的，而是想让它们成为帮助孩子获得健康的、充满希望和幸福的未来的起点。

有些人觉得和孩子们谈“性”是一件非常尴尬的事情；而