

性知识探幽

章涌 袁浩斌 张云云 编著

上海科学技术出版社



性知识探幽

章涌 袁浩斌 张云云 编著

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号)

新华书店上海发行所经销 常熟市第六印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5 字数 120 000

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

印数 1—5 000

ISBN 7-5323-4705-2/R · 1213

定价: 8.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,

请向承印厂联系调换

前 言

“性”是人类生活中必不可少的一部分，它如同人的衣、食、住、行一样的普通。但是由于几千年封建社会的影响，人们对性有许多错误和愚昧的认识，人们谈“性”色变，似乎任何与“性”有关的事均是下流的、黄色的、淫秽的，许多人因此而走入了“性”的误区。

《性知识探幽》一书以通俗的语言，向广大青少年介绍了性的发展、人类性行为的生理特点、青少年的性特点、各种性生理、心理的障碍、性的道德观等内容，旨在帮助广大读者树立正确的性观念，掌握科学的性知识，培养健全的性心理。

由于作者水平有限，加上编写时间紧张，所以不足之处在所难免，望广大读者批评指正。

编 者

目 录

第一章 树立科学的性观点.....	1
一、正确理解性科学	1
(一) 性科学的定义	1
(二) 普及性科学知识的必要性	2
(三) 建设有中国特色性科学的意义	2
二、人类的性行为	4
(一) 人类性行为的双重性	4
(二) 影响性行为的一些因素	5
三、树立正确的性观念	8
第二章 性的发展简史	10
一、性的进化史	10
(一) 人类在进化过程中从动物方面继承的特点	10
(二) 人类在进化过程中获得的区别于动物的特征	11
二、性的自然史	11
(一) 原始人的性行为	11
(二) 古希腊、古罗马文明中的性观念	12
(三) 性压抑的中世纪	13
(四) 文艺复兴时期的性开放	13
(五) 维多利亚时期的性禁锢	13
(六) 现代性科学的发展	13
第三章 性心理	19
一、性心理的构成	19
(一) 性意识	19
(二) 性感情	20

(三) 性知识	20
(四) 性经验	20
(五) 性观念	20
二、性心理与社会文化因素	21
(一) 社会形态	21
(二) 信仰	22
(三) 文化环境	22
(四) 民族习俗	22
(五) 社会道德规范	23
(六) 家庭因素	23
三、人类个体性心理的发展	23
(一) 婴儿期	23
(二) 儿童期	24
(三) 青春期	24
(四) 青年期	24
(五) 中年期	24
(六) 老年期	24
第四章 性行为的生理基础	25
一、两性差别的形成	25
二、性器官的组成与功能	26
(一) 男性生殖器官及其生理	26
(二) 女性性器官的组成与功能	29
三、性生理的控制	32
(一) 神经系统的作用	32
(二) 性激素的作用	32
四、人类性反应周期	33
(一) 兴奋期	33
(二) 持续期	34
(三) 高潮期	34
(四) 消退期	35

第五章 青少年性心理特点	36
一、青少年的性意识	36
(一) 对性知识的关注和追求	36
(二) 对异性的好感和爱慕	37
(三) 恋爱期	38
(四) 大学生的性心理	39
(五) 大龄青年的性心理	39
二、青少年的性苦恼	40
(一) 对月经的恐惧	40
(二) 正确认识遗精	41
(三) 对手淫的担忧	42
(四) 性冲动的困扰	43
(五) 婚前的性行为	45
(六) 未婚先孕与人工流产	46
(七) 分清异性友谊与爱情的界限	46
(八) 正确对待得不到回报的爱情	48
三、青少年性心理的自我调节	48
第六章 新婚性生活的特点	52
一、婚前准备	52
(一) 婚前健康检查	52
(二) 性知识的掌握	54
二、新婚之夜	54
(一) 顺利渡过首次性生活	55
(二) 正确看待处女膜	56
三、新婚性生理和性心理的和谐	57
(一) 情爱与性爱的统一	57
(二) 新婚期性行为的表达	57
(三) 创造和谐的性生活	58
(四) 性的权利、义务与责任	61
四、性生活卫生	62

(一) 注意外生殖器的清洁卫生, 预防感染·····	62
(二) 掌握好性生活的时间和频度·····	62
(三) 女性各特殊时期应禁止性生活·····	63
五、婚姻与优生·····	65
(一) 从优生的观点看配偶的选择·····	65
(二) 选择最佳的受孕时机·····	66
六、新婚避孕·····	67
第七章 计划生育与性·····	69
一、避孕与性·····	69
(一) 节育与性的相互作用·····	69
(二) 各种避孕措施对性生活的影响·····	71
二、绝育与性·····	73
(一) 绝育措施对性生理的影响·····	73
(二) 绝育手术对性心理的影响·····	73
三、不孕与性·····	74
(一) 由性问题引起的不孕·····	74
(二) 不孕对性生活的影响·····	76
第八章 性功能障碍·····	78
一、男性性功能障碍·····	78
(一) 性欲改变·····	78
(二) 勃起障碍·····	82
(三) 早泄·····	83
(四) 射精障碍·····	85
(五) 性交痛和射精痛·····	86
二、女性性功能障碍·····	87
(一) 性冷淡·····	88
(二) 性高潮缺乏·····	89
(三) 阴道痉挛·····	90
(四) 性交痛·····	91
第九章 性心理障碍·····	93

一、性心理障碍产生的原因	94
(一) 遗传和内分泌的因素	94
(二) 心理因素	94
(三) 环境及教育因素	94
二、性心理障碍的类型	95
(一) 同性恋	95
(二) 露阴癖	96
(三) 恋物癖	96
(四) 异装癖	97
(五) 易性癖	97
(六) 性虐待	98
(七) 恋童癖	98
三、性心理障碍的防治方法	98
第十章 性罪错	101
一、性罪错的现状和危害	101
二、性罪错发生的原因	102
(一) 性冲动与性早熟	102
(二) 需要、动机、意志的偏差	103
(三) 性信息的泛滥	103
(四) “免疫力”差	104
(五) 性教育的滞后	105
(六) 侥幸心理	105
(七) 道德、法律观念低下	106
三、性罪错的种类	106
(一) 强奸	106
(二) 轮奸	106
(三) 强迫、引诱妇女卖淫	107
(四) 奸淫幼女	107
(五) 侮辱、猥亵妇女	107
(六) 卖淫	107

四、性罪错的预防	107
(一) 预防性罪错的心理	107
(二) 性罪错的社会预防	108
第十一章 性传播疾病与性	111
一、梅毒	111
(一) 各期梅毒的主要表现	111
(二) 梅毒的诊治方法	112
二、淋病	113
(一) 淋病的主要表现	113
(二) 淋病的防治方法	114
三、艾滋病	114
四、性病性淋巴肉芽肿	116
五、生殖器疱疹	117
六、非淋菌性尿道炎	117
七、尖锐湿疣	118
八、软下疳	119
九、阴道毛滴虫病	119
十、生殖器念珠菌病	120
(一) 外阴阴道念珠菌病	120
(二) 念珠菌性龟头炎	120
第十二章 建立健康的性道德	122
一、性道德的概念	122
二、性道德的内容	123
(一) 夫妻之间两性关系中的道德规范	123
(二) 社会群体中性行为的道德规范	124
(三) 性科学研究中的道德规范	125
三、性道德规范的基本原则	126
(一) 平等、尊重的原则	126
(二) 科学的原则	126
(三) 社会性原则	127

(四) 发展的原则	127
四、有争议性行为的道德评价	128
(一) 婚前性行为	128
(二) 试婚	130
(三) 婚外性行为	131
第十三章 性教育	134
一、性教育的必要性	134
二、我国性教育的发展	136
三、性教育的内容和方法	137
(一) 性教育的内容	138
(二) 各个时期性教育的特点和重点	139
四、国外性教育的现状	140
(一) 美国性教育的发展	140
(二) 日本的性教育	141
(三) 瑞典的性教育	142

第一章 树立科学的性观点

“性”，是人类生活的重要组成部分。然而，由于传统观念的束缚，涉及性的有关问题一直属于禁区，在一个相当长的时间内，都是使人望而生畏的字眼，对性的研究在很大程度上仅停留在生殖系统的解剖、生理和疾病上。即使在近 40 年，西方对性科学的研究日益深入，从解剖、生理向心理、社会方面发展，但仍然承受着社会舆论的重重压力。众所周知，人类的性行为并不仅仅是为了繁衍种族，而有其更为丰富的内容。就个体而言，性的正常发展有利于身心的健康；就家庭而言，性的和谐美满能保持社会的安定；就整个社会而言，对性的科学研究和科学教育则有助于加强社会文明的建设。因此掌握科学的性知识，树立正确的性观念对个人、家庭和社会都有不可低估的作用。

在正常的情况下，人们都要结婚、生子，都要过性生活，但又总是把性等同于黄色、淫秽、下流。有些人一听到“性”字，就眼睛瞪大了，耳朵竖起了。然而，社会的发展，人类性生理成熟期的提前，使性的问题暴露得越来越突出，它涉及家庭、学校、社会等各个领域，使人们不能不正视它，并研究如何解决。许多事情证明，文明、健康、科学的性生活会促进社会的发展，所以研究性科学，普及性知识，提高性教育水平已成为社会发展的必需。

一、正确理解性科学

20 世纪 80 年代，有一门学科在祖国大陆悄悄地崛起，并且迅速地引起了全社会的广泛注意，这门学科就是性科学。

性科学是一门神秘而又普通的科学，因为它既使人们怕接触它，但又离不开它。

（一）性科学的定义

广义地讲,性科学除了研究性生理学、性心理学、性社会学、性伦理学以外,还包括恋爱、婚姻和家庭,总之是研究与性有关的一切内容的科学。

狭义地讲,性科学就是研究人类性行为的一门科学。

从上述的表述中似乎不能将性科学到底是怎么回事看明白,那么究竟什么是性科学呢?

性科学是研究两性生活及其发展规律的一门科学,其主要包括性生理学、性心理学、性社会学和性伦理学四个部分。

(二) 普及性科学知识的必要性

性是一种自然现象。性、生殖系统是人体整体的一个组成部分,这一系统与其他器官系统不同,要在生后10年才开始发育、成熟。在青春发育过程中,会出现一系列个体从未有过的现象,例如女性的初次来月经,男性的初次遗精,男、女性都会逐渐萌发对异性的兴趣,也可能会出现性的冲动,出现手淫、梦交等。由于缺乏有关的知识,青少年们便可能陷于迷惑、恐惧、焦虑之中,也有可能因处理不当而引发种种生理、心理的不健康。所以青少年的性教育刻不容缓,应该在可接受的范围内,让儿童、少年、青年们了解生殖器的构造和功能,青春发育的自然进程,两性的性生活,女性的怀孕、分娩等有关的性生理知识。

性又是一种社会现象,是个体社会化的主要方面之一。从出生以后马上就要开始把新生儿按其性别的不同分别当成男性或女性来加以养育。在3岁或5岁以前,一个人是男性还是女性,在社会心理上便已定型,很难改变。这是从父母、幼儿园、小学校的教育中,从社会接触中,了解了男性应如何如何,女性应如何如何,男女之间接触应如何如何的一系列规范,由此形成了心理学上“性别”的差异,以及形成了社会学上的“性别角色差异”和“性别角色行为差异”。这一过程进行得好与不好,对终身有着极大的影响。所以,还应在可接受的范围内,让儿童、少年、青年学习有关性别差异、性道德等方面的知识。

(三) 建设有中国特色性科学的意义

在大力加强社会主义精神文明建设的今天,建设具有中国特色的性科学,有着重大的现实意义和深远的历史意义。

1. 有利于我国的计划生育政策 提高人口的素质,提倡优生、优育是我国计划生育的一个重点。我国现有低智儿童约2000万,先天愚型儿童160万。先天性、遗传性疾病是一个十分严重的问题,这与人口生育问题上的无知、愚昧以及缺乏科学的性知识有很大的关系。要达到控制人口数量、提高人口素质的目的,除了进行一般的宣传教育以外,还必须让人们自觉地掌握节育和优生的知识,这样才能更好地实现这一目标。

2. 有利于青少年身心的健康发展 青少年时期是人生处于长身体、长知识、身心都在急剧变化的一个关键时期,在性问题上的变化尤为明显。青少年生理的迅速发育,第二性征的出现,使他们的外表越来越像一个成人,但其心理的发育还很不成熟,相对于生理的发育,心理的发育明显的滞后。如果缺乏应有的性科学的知识,那么在生理成熟和社会行为成熟之间的距离就会不断地增大,从而加剧心理的矛盾和冲突,产生种种心理问题,甚至走上了性罪错或性变态的道路。所以对青少年的性教育不仅应包括性知识的教育,还应该进行有关性的完善、良好的人格的教育。

3. 有利于家庭的安定 夫妻关系的好坏表现在很多方面,而夫妻性生活的和谐与否则在夫妻关系中占有重要的地位,也是家庭幸福、稳定的重要内容之一。当前,在夫妻关系间出现的各种问题上,夫妻性生活的不和谐已成为影响夫妻感情发展的一个重要因素,这和缺乏性知识从而使性生活的态度不正确、方法不正确、心理不健全有着很大的关系。而夫妻间的性生活不仅应满足双方生理上的需要,而且也要满足双方精神上的需求。在建设和睦、幸福的家庭关系中,不但要使夫妻间的崇高爱情得以升华,而且要在了解对方性生理和性心理特点的基础上,使性生活能得到和谐、美满。

4. 有利于树立健康的性观念 在我国,两性关系上封建思想的影响仍旧很大,性神秘、性愚昧、性封闭影响着代代人的健康成长。封建的“贞操观”至今还在不同程度上压迫着妇女,夫妻生活中的“大

男子主义”也严重地影响了夫妻生活的和谐。学习和掌握科学的性知识有利于建立文明的夫妻关系和生活方式,可使人类的生活更开明、更严肃、更健康。

5. 有利于社会的稳定 性传播疾病、性罪错、性变态这几年的发生率正在提高,并逐渐成为了一个社会问题,这与相当一部分人缺乏应有的性知识,没有树立正确的性观点有着很大的关系,所以学校、家庭、社会一起行动,进行正确的性科学的教育,帮助青少年建立健康、文明的性心理,以减少两性疾病和罪错的发生,保障社会的安定团结。

二、人类的性行为

我们知道了性科学研究的对象是人类的性行为,又了解了学习性知识的必要性,那么什么是性行为呢?

人们往往把它仅仅理解为性成熟后的男女之间的性交活动。然而,到目前为止,性行为的概念并无确切的定论。如果说性行为仅是指异性之间的性交活动,那么同性恋意味着什么呢?如果说性行为是个体与个体之间的性交活动,那么手淫(所谓的自体恋)又意味着什么呢?如果说性行为仅仅限于人与人之间,那么人兽之交叉怎么解释呢?如果说性行为是性器官的活动,那么非性交活动(如拥抱、亲吻)引起的性爱又是什么呢?因此,现在把能满足个体性需要(包括生理需要和心理需要)的行为活动统称为性行为。

性的满足不仅仅是肉体上的满足,而且很重要的是心理上的满足。因此,我们不难理解为什么失去了性交能力的老年夫妇,或者没有性交功能的残疾夫妇也同样可以有性行为和性满足。

(一) 人类性行为的双重性

1. 人类性行为的自然属性 性是人类最基本的生物学特征之一。性的需要,就如同人需要呼吸和饮食一样,都是人的一种自然本能。动物也有这种本能,这是一种完全的自发的反应,它与后代的繁衍紧密相关。人类到了青春发育期以后,自然地产生了性欲,产生了性的要求,这是不以人的意志为转移的自然规律。

2. 人类性行为的社会属性 人类的性行为与动物有相同的地

方,但是又存在着本质的区别,这就是人类的性行为除了具有自然的、生理的属性之外,还具有社会的属性。它表现在以下几个方面。

(1) 普遍性 在一般情况下,每个人都要有性爱,要结婚、要生儿育女,而每个人也都是性行为的产物,所以说世界上没有一个人性与性行为无关。

(2) 重要性 列宁曾经指出:“在性生活中,不仅表现出人的本性,而且反映出人的文化修养的高低……参与爱情的是两个人,它产生出第三者,产生出新的生命。这里包含着一种社会利益,产生着对集体的责任。”这说明人类的性行为不仅是满足性欲望的途径,也是繁衍后代、延绵种族的必要手段。

(3) 隐蔽性 在大约 300 万年的人类发展的漫长岁月中,人类从赤身裸体到用树皮、兽皮遮住阴部,从原始社会的“男女杂游、不媒不聘”到现在的“一夫一妻”均是人类走向文明的一种表现。同时人类的性行为也从原始的性欲的满足、没有遮蔽、公开的,发展到现在的隐蔽,这是两性关系文明的结果。

(4) 排他性 人类的两性关系从最早的一妻多夫和一夫多妻发展到现在的“一夫一妻”,这是人类性行为排他性的一种表现,也是人类文明演变的一种结果。社会越发展,人们的道德文明水平越高,夫妻间感情越深,性行为的排他性也越强。排他性也是人类性爱的重要特征之一。

(5) 严肃性 性行为虽然源于人类的性本能,但决不是个人的生活私事,它会涉及第二者,具有很大的严肃性。盲目的性冲动和道德败坏是两性罪错的重要原因,也是对其严肃性的挑战。

(二) 影响性行为的一些因素

1. 认知活动对性行为的影响 认知活动体现了人如何反映客观的世界,在性行为中,直接影响着性的唤醒过程。在正常情况下,感知、记忆和思维活动的协同作用使性兴奋逐渐到达顶点。

(1) 感知与性行为 所谓感知活动,包括人类的触觉、嗅觉、听觉和视觉,而这些感官的综合作用,可以唤起性的兴奋。

触觉是性爱表现的最基本、最重要的一种方式。通过抚摸、搂

抱、亲吻等手段,可以使人产生性的冲动和性的兴奋,在性行为的过程中,可以用触觉来表达亲昵的行为。

在人类性兴奋的过程中,嗅觉的作用虽然没有触觉明显,但是,爱人身上的体味,芳香、愉快的气味可以使人心情愉快,也可以产生性的兴奋。

视觉是选择异性的主要手段,因此,眼睛在性爱中占有重要的地位。眼睛可以传神,可以从眼神中感受爱慕和性吸引。

在性生活中,情人之间柔和的喃喃细语,可以加速性的兴奋过程,这就是听觉的作用。

(2) 思维活动与性行为 思维活动是人的高级心理活动,从两性接触开始,到逐渐发展为性爱,然后发生性行为,在这一复杂的性活动过程中,处处体现出人的思维活动。性爱使性生活充满了柔情和欢乐,美化了人的形象,使人焕发出青春的活力,这一切都是思维活动的结果。

2. 意向活动对性行为的影响 意向活动体现了人如何对待客观世界。人的性冲动产生在很大的程度上是盲目而无专一对象的,但是如何对待性行为,却受很多因素的影响。当性冲动产生后,性交的动机随之出现,这些信息被接收和加工后,激发出性爱的激情。激情一方面触发了性行为的积极活动,另一方面又使人不能无视性道德的规范。这样,需要与动机、情感、意志等心理活动在性行为过程中互相协调,并综合发生作用,使人的性行为更加完善和美好。

3. 情绪状态对性行为的影响 当性动机产生以后,人会因此而感到某种不满足,于是开始寻找可以满足这种需要的客体——异性,这样便开始了情绪活动。在性行为中,情绪和情感把机体的各种感受融合于一体。而人类的喜悦、愤怒、恐惧、悲哀的不同情绪在性行为活动中有着不同的表现。

(1) 喜悦 在性活动中,喜悦的情绪主要表现为快乐、柔情和羞怯。

性行为中的快乐是一种复杂的情绪体验,它既包括本能性满足的简单感情,又包括爱情、道德、美的追求等。性的快乐从生理上看,

可以促使机体内环境的平衡,使人精神焕发;从社会化的角度看,可以激发人们的生活热情,促进人类的发展。

柔情是性行为中高层次的需要,没有柔情,性的关系必然会变得放肆而粗野。柔情把人的性行为从性爱的境界带入了情爱的境界,使两性的感情缔结得更牢固。

羞怯是人类社会进步和发展的产物。在原始社会,人们的性行为在大自然中坦率而热烈,没有顾忌,也就没有羞怯感。随着社会的发展,人类的性行为具有了隐蔽性,由此而产生了性的羞怯。

(2) 愤怒 性生活中的愤怒情绪主要有嫉妒、生气和冷酷。

在人类的性爱过程中,几乎没有不出现嫉妒的。一方面,性嫉妒表明了实际存在的爱,表现出感情的深度,可以不断促进感情一致,这是性嫉妒的积极方面;另一方面,性的嫉妒会不断地强化,并可由此而出现怀疑,甚至仇恨,以致毁灭爱情,这是性嫉妒的消极方面。

性活动中的生气是经常可见的。生气对性爱起着减力的作用,是性活动中很不好的一种情绪活动,往往导致感情的破裂。

冷酷是性活动中最可怕的情绪反映,长期在冷酷的情绪中的人,有可能导致性生理和心理障碍。

(3) 恐惧 性行为中的恐惧心理,最常见于婚前或婚外的性行为中,因为这种性行为不符合性道德的规范,所以总是担心、害怕。因此对性欲满足和情感交流的快感体验很少。性活动中的恐惧心理,还表现在某些人受旧观念的影响,对性的错误认识。如有人认为“一滴精十滴血”,以致对性交十分害怕。恐惧心理可导致一些不良的后果,如能使性爱缺乏激情,还能导致各种性功能障碍,如早泄、阳痿等。

(4) 悲哀 悲哀在性活动中主要表现为失望和伤心两种情绪反应。

在性爱过程中,由于性行为中夫妻双方的感情交流不足,因此不能获得性生理和性心理的满足,从而导致失望情绪的产生,经常的失望也会引起伤心,并可造成性的压抑。

4. 人格特征对性行为的影响 俗话说,“人上一百,形形色色”。