

《中小学德育活页资料》合订本
德91—22—0001~0004

中 小 学 德 育 活 页 资 料

青 春 期 教 育 专 辑

上海教育学院图书资料中心
资料研究部
1991年6月

目 录

活页资料编号

一、概述

(91—22—0001)

1. 必须重视青春期教育.....吴阶平 (1)
2. 性道德教育是青春期教育的核心.....冈乐夫 (3)

二、论文选编

(91—22—0002)

1. 试论青春期教育的基本原则和方法.....刘凤梧 (5)
2. 怎样对中学生进行青春性教育.....杨文兰 (10)
3. 帮助青少年渡过青春期.....陈素兰 (13)
4. 青春期教育的几个思考题.....张志刚 (15)

三、经验介绍

(91—22—0003)

1. 消除心理障碍,搞好青春期教育.....周凤宝 (19)
2. 明确要求,遵循原则.....费爱菊 (20)
3. 针对实际,进行青春期教育.....倪中兴 (22)
4. 职业高中的青春期教育.....陈 涵 (23)
5. 小学生高年级青春朦胧期教育.....张玉兰 (25)
6. 盲童学校如何开展青春期教育.....陈洪芬 (27)

四、青春期教育讲话提要选例

(91—22—0004)

1. 青春期的社会意义.....史亚伦 (29)
2. 青春性道德培养.....王蔼珠 (31)
- 编者的话..... (18)

1. 必须重视青春期教育

中国医学科学院名誉院长 吴阶平

五千多万中学生是我们伟大祖国的未来，把他们培养成为社会主义现代化建设者是家庭、学校和社会的共同责任。许多人都把自己一生的成长和中学时代联系起来，常常有自己终生不忘的老师。对大多数人来说，思想道德素质和科学文化素质是在中学奠定基础的。党的十一届三中全会以来，我们的教育事业有了相当的发展，但是中学教育中极其重要的青春期教育却还没有得到应有的重视。在中学生中进行青春期教育，是关系到国家前途，民族兴衰大问题，在教育工作的总体安排上必须落实；每一位老师，特别是班主任，也要把这一教育看作自己必须做好的工作。

青春期教育是针对青春期生理和心理的特点进行的，是思想道德教育、人生观教育、爱国主义教育、遵纪守法教育和性教育的综合。其中性教育，包括性知识和性道德教育，目前仍然受到许多家长、老师的反对，但这恰恰是青春期教育中最重要的组成部分，如果不把性教育放在应有的地位，则其他方面的教育也难以收到应有的效果。事实上，青春期教育所以得不到重视，正是因为阻碍性教育开展的一些陈腐的思想意识和习惯势力还很强。《中共中央关于社会主义精神文明建设指导方针的决议》中指出：社会风俗习惯中还存在的愚昧落后的东西”，反对性教育实际上也是其中之一。

青春期是每个人正常发育必经的阶段，在这个时期，青少年性器官逐渐成熟，出现男性或女性的各种特征，称为第二性征。如男孩长出胡须，喉结突出，出现遗精；女孩乳房隆起，出现月经等等。同时也在心理上也发生变化，如产生对异性的向往，一反小学时男女生之间的那种疏远情绪，开始转变为对异性发生兴趣和好奇，并喜欢引起异性对自己的注意。这样就很自然地出现男女生接触增多，相互或单方面地表示亲热倾慕，出现写纸条、说悄悄话等情况。这一时期，他们有许多问题希望得到解答、指导和帮助。他们的好奇心促使他们迫切地寻求答案。因此，青春期教育是客观上的需要。这个时期他们生理上迅速发育，接近成人的特点，但心理上却还幼稚、不成熟，情绪上敏感而不稳定；有的学者把这个时期称为“暴风骤雨的时期”。青春期教育不仅是帮助青少年度过这一时期所必需，而且直接影响他们思想道德品质和科学文化素质的提高。如果不从正面对他们进行引导，则不健康思想的诱导，不科学的传闻就会影响他们健康成长。青春期发育提前是世界性趋势；我国资料表明，目前初中一年级女生中月经来潮者占女生总数的57.93%，初中二年级男生中59.34%已有射精的体验。家长、教师还把他们当作孩子看待的时候，他们已经开始向成年过渡了。

青春期教育不能把性教育放在重要的地位，下面的例子说明他们确有需要帮助的问题。

男孩子在青春期开始出现的遗精本来纯属生理现象，并没有害处，但孩子从传闻或小说中得到的“知识”却往往是：“精液是身体的精华”，“一滴精，十滴血”等无稽之谈。这使他们既担心健康受影响，怕自己遗精，又不能完全杜绝遗精，于是引起焦虑、恐惧，不但妨碍学习，而且真的影响了健康。有的出现自卑感等心理障碍，甚至影响结婚后的性生活和家庭幸福。又如手淫，本非严重问题，偶然发生不会有恶果，以后也不会有后遗症。有的孩

子竟因此而形成严重的自责心理，精神负担长期得不到解除。这在婚后性生活不正常的人中占有很大比例，其根源就是青春期的无知。

少女对初次月经来潮往往毫无思想准备，提到月经就感到害羞，对月经两字都难以启口，甚至把经期使用的月经带、月经纸看作见不得人的秽物，放在阴暗角落里，躲躲藏藏，不能讲究清洁卫生。有的女学生在体育课或劳动时，不好意思说自己有月经，勉强地从事剧烈活动，甚至参加体育竞赛。这样就容易引起月经失调、痛经等病况，既影响健康，也影响学习。

据上海一个中学的调查，青少年的性知识只有6%是从父母、老师处得到的；大多数是从小伙伴或书刊上得到的，其中包括许多非科学书刊，所以他们所得到的知识绝大部分是不正确的。

性的问题本来没有什么可神秘的。但人的一切思想、行为无不受社会制度和伦理准则所制约。封建意识长期所造成的愚昧和偏见根深蒂固，把性的问题看作禁区，把性和丑恶下流等同起来，只要提到性的问题就会受到责难。鲁迅在1934年《花边文学·一思而行》中，讽刺这种偏见，他写道：“理学先生总不免有儿女，在证明他并非口日夜夜，道貌永远俨然。”现在已经到了必须破除旧观念的时候，否则就不能适应社会主义现代化建设的需要。必须切实加强对中学生进行青春期教育的工作，以达到培育有道德、有文化、有纪律的社会主义公民，和提高整个中华民族思想道德素质和科学文化素质的目的。对于家长老师来说，首先要破除“无师自通”“封闭保险”“救急不避”（指出了问题再去解决）等旧观念。这些错误观念的总根源是一个：性问题属于丑恶下流的范畴，只能禁锢和保留其神秘色彩。事实上，从儿童时期起父母已经不自觉地地向孩子灌输这些封建旧观念。当孩子问到他或她是从哪来的或为什么排尿的地方和哥哥弟弟或姐妹不一样的时候，究竟有几位父母能用科学的内容来答复，而不是用呵斥或不真实的回答来搪塞。这说明正确对待性的问题，实事求是地开展青春期教育是一件移风易俗的大事，对此要有明确的认识，要有坚定的信心和一定的科学知识。

我们的性教育与资本主义国家不同，在介绍性知识的同时，着重进行性道德的教育。要让他们懂得生殖系统的解剖、生理和发育期的各种现象，同时也要让他们懂得性行为的社会主义道德规范和自我控制的重要性，懂得正确对待性行为是社会主义精神文明建设的组成部分。同时还要帮助他们认识到以阶级压迫和剥削为基础的资本主义制度下的所谓性自由，对个人、社会和国家所造成的危害。对犯有性罪错青年的调查表明，许多青年事先根本没有想到妊娠问题，更不懂得性病和其严重性。

实践证明，凡是进行青春期教育，包括性知识和性道德教育的单位，都取得了满意的效果。原来反对这种教育的家长、老师在听了所介绍的内容之后，都成了提倡这一教育的宣传员。学生懂得了有关内容之后，在一定程度上消除了好奇、不安和恐惧心理。自尊、自爱、自重、自强的要求和能力有所提高。有效地把学生的旺盛精力集中到学习成才，树立远大理想方面来。

应该看到，正处于青春发育期、性萌动期的中学生对异性的向往、接触的增多是一种正常现象。甚至当他们也误认为是恋爱时，老师也决不当大惊小怪地把这种情谊说成是早恋，而应当引导他们理解什么是友谊，什么是爱情；帮助他们认识什么是正确的恋爱观。老师诚恳热情的帮助完全可以把孩子引导到正确的道路上，对于他们将来严肃对待恋爱、婚姻问题可产生极好的效果。如果教育者不是从思想上开导、只是一味指责，压制他们的正常

交往，甚至以粗暴严厉的态度对待他们，只会引起他们的反感，出现不良后果。

改革、开放，给社会主义事业带来强大的活力，对精神文明建设是巨大的促进。对于广大中学生，在鼓励他们努力学习先进科学技术知识的同时，也要帮助他们增加对资本主义腐朽思想侵袭的免疫力。上海市人大已经通过上海市《青少年保护条例》，把青春期教育，包括性教育，纳入了条例之中。这应该说是冲破禁区、移风易俗的一个重要步骤。毫无疑问，在广大老师的共同努力下，我们可以更快地开展符合我国国情的青春期教育的。

——摘自《人民教育》

2. 性道德教育是青春期教育的核心

北京市教育局教研部德育教研室 闵乐夫

问：青春期教育包括哪些内容？它们的比例怎样？核心是什么？

答：目前理论界一般认为青春期教育的内容应包括性生理卫生知识、性心理保健、性道德、性法制、性伦理、性社会学、性美学等，它含有性的德育、性的智育、性的体育、性的美育。完整的青春期教育是一个知、情、意、行的系统工程。

在内容安排比例上，我们认为性道德教育、法制教育、伦理教育应占全部内容的而 $\frac{1}{2}$ 。而青春期教育的核心是性道德教育。

目前，我市的青春期教育还处在实验阶段，集中在初一年级施教，侧重于性生理知识介绍，这是可以理解的。体卫处编印的教材，是个勇敢的尝试，简练、通俗、内容适度。然而，这个试用本的性道德教育部分比较薄弱，其核心地位没有体现。要达到“解渴”的程度还有待于各区县教师在使用时加以补充、完善。

问：实施青春期教育要注意些什么呢？

答：我看，有以下五点须注意，那就是：

1. 性知识与性道德教育要同步进行。如果只讲性知识，忽视性道德教育，学生知道了性生理的构造、机能以及性冲动的生理依据，却不了解性行为的社会道德规范和自我控制的意义，那么岂不会诱发学生无所顾忌地尝试？如果光讲性道德和法律条文，忽视性知识的介绍，那么仍旧没有满足学生正当的求知心理，没有消除性神秘感和性愚昧，仍然流于空洞的说教形式。打个比方说吧，性知识是壳，性道德是核。性知识是性道德的物质认识前提，性道德的建立是性知识讲授的归宿。二者唇齿相依、相关相承。

2. 要掌握适时、适量、适度的原则。青春期教育的对象是青少年，时间上的适时、内容上的适量和教法上的适度是非常重要的，过早、过迟、过量、过度都会造成教育的失误。我们需要考虑的三个因素是：总体上学生青春萌动的时间，学生日常与异性交往的情况，家庭与社会的心理承受力。我们认为，大致从初一开始，随年龄增长、年级升高，教育内容的侧重点逐步由性知识介绍转移到性道德培养；教法上逐步由讲授法过渡到讨论法。

3. 坚持以培养为主的教育。青春期教育首先是培养教育，即不断向学生灌输积极因素，鼓励、强化他们好的征兆；对于可能出现的坏征兆及时打预防针，防患于未然。这包括熏陶、感化、启发、灌输、自我心理调适的训练、自制能力的培养——概括为“你应当这样做”和“为什么应当这样做”。

当然，对学生中已有的消极倾向，要进行矫正。对坏毛病、坏习惯的批评、引导过程叫做矫正教育——概括为“你不应当这样做”和“为什么不应当这样做”。矫正教育应注意方式、范围，一般采取个人咨询、个别谈话方式，而不宜在课堂上展示各种骇人听闻的性罪错。

两种教育，以培养教育为主，矫正教育为辅。我们的着力点应该是把“你应当这样做”转化为“我愿意这样做”，使“他律”内化为“自律”。我们的教育若能得到学生发自内心的认可和配合，学生能自觉遵循性角色所须遵守的行为规范和道德标准，即使独处，即使遭遇外界刺激，也能坚定不移“自律”，那么，我们的教育就是真正成功的了。

4. 取得家长的支持和配合。青春期教育是学校教育中不可推卸的一项工作，但是光强调学校的主导作用，任家长不闻不问，那么我们不仅没找到可靠的支持者，而且还可能遇到不少强烈的反对者。依我看，家庭进行青春期教育有三个优势：血缘上的情感优势，能利用生活情境自然施行个体教育的优势，“全天候”式观察、了解教育效果的优势。学校优于“面”的普及，家庭善于“点”的深入；学校以授课为宜，家庭以谈心为宜。教师在学生中有权威性和信任感，集体授课，有严肃科学的气氛；家长能给予孩子特殊的亲切感、安全感，促膝谈心，便于针对性地解除困惑。

5. 提倡开展心理咨询活动。可固定时间，接待学生来访者，倾听他们诉说苦恼，给予正确的诊断和恰当的心理治疗；此外，设立咨询箱，以通信方式解答隐秘的个人难题的方法，也很有效。

问：目前，很多学校有这样的困难——青春期教育课的教师难找。找生物老师吧，他说构造解剖可以讲，性道德、性美学可没学过；找校医吧，他说自己本职工作是师生卫生保健，不会讲课；找体育教师吧，他说讲怎样练健美，行，别的说不好；找政治教师吧，他说可以讲人口学这一章，至于性心理、性冲动，既不懂，也不好意思开口，还是另请高明吧。这怎么办？

答：我看，高明的教师还得从以上诸科教师中产生。我们有两个“更新”必须解决：一是知识更新。目前诸科教师的知识结构还不够完整，还不能把自然、社会两大学科综合起来以适应教学的需要，因此，我们面临着重新充实、开拓尝试的新课题。二是观念更新。目前，在我们不少同志那里还残存着点封建意识和心理障碍尚待破除。两个更新，观念更新更为迫切。

—摘自《北京教育》

二、论文选编

1. 试论青春期教育的基本原则和方法

北京市第七中学 刘凤梧

问题的确切提法

对初中学生来讲,若提青春教育,外延未免太大,不符合初中学生的实际。恐失之于空泛。若提性教育,内涵未免太小,也不符合初中学生的实际。恐失之于偏窄。我们认为还是提青春萌动期教育,比较确切。

广大生理学家、心理学家和医务工作者都一致认为:从12岁左右到18岁左右的中学生,正处于从性的萌发到性的成熟时期。性的萌发与成熟是与性激素的不断增多直接相关的。正是性激素的不断增多,促进了男女第二性征的出现;正是第二性征的出现,我们才可以观察、了解和判断一个人由性萌发到性成熟的发展程度。

我们可以把性教育分为两大阶段:一是性的萌发期,年龄大约在11~14岁之间,这正是初中时期;二是性的成熟期,年龄大约在14~18岁之间,这正是高中时期。据此,这些年我校一直把性的萌发期教育称做青春萌动期教育。青春萌动期教育与性的成熟期教育,二者相比,前者显得尤为重要、尤为迫切、尤为突出。这是因为在性的萌动期,不仅出现了副性现象引起男女学生的新奇感,而且性激素分泌更不时引起性的生理冲动与性的体验尝试。而恰恰正是这种心理状态,带有极大的爆炸性和危险性。对此,我们做父母的和作教师的不能不予以特别的关注。

这是人类征途上的一个险关

初中时期是一个从少年期向青年期过渡的重要时期。是从性的萌发向性的成熟发育的重要时期。也是世界观人生观奠基的重要时期。不论生理心理、思想观点、品质道德、意志性格、情感情操,以及文化学习等无不处于新旧交替、充满矛盾、变化激烈、动荡分化的状态。有位心理学家把这种状态称做心理上的“断乳”(psychological weaning)。所谓心理上的“断乳”是指青少年要脱离父母的监护,开始独立走向人生的征途。这正如第一次生理上的“断乳”(physical weaning)对儿童来说是一个危机一样,心理上的“断乳”,对迅速发育成长的青少年来说也是一个危机,而且是一个更为严重的危机。

假如说,初一年级需要解决的主要问题是中小学如何衔接,那么,初二年级则主要是防止两极分化。我们分析容易造成两极分化的原因有三:一是教材内容与课程设置编排不合理,教材上有的课目难点过于集中,课程门数增加过多;二是初二年级因处在两头无压力的中间状态,大多数学生容易产生松口气的思想;三是性萌动的严重影响。这是一个最主要而又往往被忽视的原因。就大多数学生来看,一到初二,性的萌动好象一股潜流喷射欲出。生理上急剧变化,引起了心理上的动荡不安。一向天真无邪,无忧无虑,欢乐明朗的心理平衡被打破了,萌发了对异性的爱慕之情,产生了朦胧的性欲之念,内心时时泛起层层波澜。一种无名的烦躁、苦恼、忧伤、娇羞、多情、善感的情绪,不时袭来,难以平息。

这种性的萌动往往与混沌迷茫、盲目无知、好奇冒险、不计得失、不顾后果密切相连。一旦遇到外界性的刺激、性的诱惑引爆，就一发不可收拾，“早春”风云，顷刻变成狂风暴雨。

男女始犯两性关系错误都集中在13—15岁。而以14、15岁为高峰。这正好是性萌动最活跃的初二、初三时期。这些处于青春萌动期的初中学生，随时都有性失足的危险。根据北京西城区工读学校调查，441名犯罪的初中学生中属于性犯罪的有110名，占1/4，而在110名性犯罪的学生中，女生所占比例高达90%。另据北京市某少管所调查，在1200名犯罪的青少年中，性犯罪竟占57%。这是一个多么令人吃惊的统计数字。青春萌动期可真成了人生征途的一个险关。

因此，对他们，我们必须多加关心，百倍爱护，引导适当，教育得法。否则，稍一不慎，轻则影响他们的身心健康，重则毁灭了他们一生的前途。

划清三个不同层次的界限

初中男女学生生理，心理发育成长的规律要求我们在进行青春萌动期教育的过程中，必须恰当地划清朦胧与觉醒、友情与爱情、怀春与早恋这三对不同层次的界限。

关于朦胧与觉醒的界限：

性觉醒是性开始成熟的标志，而性朦胧则是性萌动的外在表现。

男女生在十二、三岁左右，性的萌动往往披上一层朦胧的轻纱。它好比一股出自山涧、云笼雾罩的潺潺小溪，清静甘甜，弯弯曲曲，任意流淌，男女生之间相互产生一种越来越浓厚的好感，好象突然觉得只有跟对方在一起郊游过生日吹蜡烛，才玩得痛快，才心情欢畅，才有意思；男女之间相互产生一种好奇的心理，好象有神遣鬼使，都在暗暗窥测对方的心理变化，试图弄清对方的生理特点；男女之间还相互产生一种爱慕之情，一有机会就想在对方面前展示一下自己的美丽羽毛，炫耀一下自己的拿手专长，以吸引对方的注意，甚至悄悄地耍个小动作，绊一脚，扛一肩，捅一把，来满足开始感到饥饿的情感。男女生这些渺无定向，漫无目的，纯属性的朦胧的自然表露。他们对两性关系完全处于一种似懂非懂、稀里糊涂的状态。性朦胧与性觉醒不同，性朦胧是感性的无心的，而性觉醒则带有很大的理智成份，是自觉的。所以他们之间的好感、爱慕皆出自无心，而非自觉追求性的爱抚，自觉追求性的行为，更非有意追求终生伴侣。假使，我们对这些现象不加分析，不加研究，错把这种本来是无心的性朦胧的自然表露硬看成是性觉醒的有意追求，那就有可能把事情弄糟。

关于友情与爱情的界限：

初一、初二的学生不分男女，因内受性萌动的刺激，外受社会风尚的影响，他和她都开始寻找心灵的慰藉，渴望友谊，渴望交上一两位知心朋友，可以相互倾吐自己内心的烦恼，取得真诚的理解，共同探索人生的奥秘。这种纯洁的友谊、可以慰藉心灵的友谊，对年轻人心理的稳定和人格的完善起着一种不可估量的积极作用。人生离不开友谊，年轻人更需要友情。

诚然，友情与爱情同属一个精神世界，二者之间并不存在一条不可逾越的鸿沟。不过友情终究是友情，爱情毕竟是爱情。爱情是以性爱为基础以结婚为目的，而友情则不是这样，它是以友爱为出发点，这种微妙的区别对天真无邪，渴求友谊，一切尚处于朦胧混沌状态的初中一、二年级学生来说，一时是很难分清楚的。然而，对于我们作父母的和老师来说，不能不保持清醒的头脑。多观察，多分析，多思索，千万不可混淆友情与爱情的界限，混淆正

常交往与谈情说爱的界限。1984年我校初一年级曾有一个班,由于班上两位年龄较大,懂事较多的留级生利用大家渴求友谊的心理,挑动一些学生传纸条,搞约会,搅乱了班上的正常秩序。对此,我们及时采取划清界限,因势利导的方针,通过班会的形式教育学生自觉树立正确的友谊观。我们告诉学生应广交“益友”,不交“损友”。广交“益友”的准则是有利于政治思想进步和共产主义品德的修养,同时,我们还要求学生要象对待自己的兄弟姐妹那样。自然大方地对待全班每一位同学,努力做到互相关心、互相爱护、互相帮助、互相尊重,正常接触,亲密无间。

关于怀春与早恋的界限:

怀春是性渐趋成熟的反映。13岁以后的女生、14岁以后的男生,对两性关系的体验,有了明显的增强,心理上已萌发了怀春的幼芽。男生出现较多的现象是玩弄生殖器,如手淫、梦遗;女生对男生表面假装疏远,而内心却不时掀起一股愿意和男生,特别是她所欣赏的男生单独亲近的冲动,或多或少做一些光怪陆离的春梦,时隐时显流露出一种娇羞的探春尝试。借此,来排遣内心无可名状的烦恼,求得心灵的一时宁静。

然而,怀春与早恋可只有一步之隔。假如说早恋是结婚进行曲的第一乐章,那么,怀春就可以说是早恋爱的前奏了。对中学生来讲,怀春是一种正常的健康的生理、心理现象,而早恋,即过早的恋爱,可就是一种不适时的失控行为。《失踪的女中学生》影片的主人公,一个14岁的少女王佳把正常的怀春之情,执意化为不适时的早恋行动,尽管没有酿成悲剧,但无论从哪个角度去看,都是不可取的。王佳的母亲采取粗暴压制手段,伤害了一个少女纯洁的怀春感情,以致离家出走,这固然不对;可是我们当老师的,若对王佳一味同情,不讲利害,不加疏导,不帮助她划清界限,不予以适当限制,任其过早堕入爱情罗网,这难道就应该肯定吗?

坚持五项教育原则

有计划有步骤地开展青春萌动期教育,这也是贯彻义务教育法的需要。贯彻义务教育法,重点在办好初中,办好初中的关键在于抓好初二,抓好初二的重要环节第一就在于搞好青春萌动期教育,正确引导初中学生平安渡过人生征途上的这一险关。

在划清三个不同层次界限的前提下,进行青春萌动期教育,应遵守以下五项基本教育原则。

一、正面疏导原则

目前,中学教师对青春萌动期教育大都缺乏正确认识。有的认为这是家庭教育的事,应该由父母去管;有的认为这项工作可不大好做,说深了不是,说浅了不是,闹不好别落个“教唆犯”;有的认为只要表面平安无事就得了,这个“马蜂窝”可千万不能捅;有的认为现在的中学生早熟这是社会造成的,学校有什么办法;如此等等。因此,一遇到这方面的问题,不少教师都采取一种不闻不问,听之任之的态度。

这几年,我校广大教师对学生在青春萌动期所表露的现象,既不是放任不管,也不是压制打击。而是坚持正面疏导的教育原则。一到初二年级以上学期,我们首先通过问卷调查和个别谈心的办法,全面了解情况,然后有针对性地向男女分别讲解有关性的生理卫生常识和心理卫生常识,教育学生如何正确认识和正确对待由于性的萌动所带来的各种问题。同时发现个别学生有问题,一不公开宣扬,二不横加责备,而是悄悄地做好细致的思想工作,具体帮助她或他解除烦恼,摆脱困境。1984年我校初一有一位女生,忽然对两性关系发生兴趣,

精神亢奋，一天比一天“疯”。班主任对她没有训斥，没有高压，而是跟家长协作，更加关心她、亲近她，慢慢摸清她的内心活动，及时进行耐心开导和说服教育，使她逐渐恢复了常态。后来，这位同学在各方面都进步很大，初二第一批加入了共产主义青年团。

二、感情升华原则

升华说在性心理学家弗洛伊德的学说中占有显著的地位。升华说主张用形形色色多采的活动来排遣性的能量，缓解性的冲动，消除性的烦恼，从而避开性的追求和体验。对于弗洛伊德的性中心理论，如何评价，姑且不论，单就升华的作用来说，教育实践证明是有效的、正确的。一所学校、校风越正、学习空气越浓，文体活动、科技活动越丰富，学生的身心就越容易得到健康的发展。

在这里，我们所说的感情升华是指感情的抒发、心灵的美化和兴奋点的转移，以及用一种兴趣取代另一种兴趣，以这种追求置换那种追求的多层意义。感情升华的方式大体有四类：

1. 教育学生重视学习，把主要时间和精力都用在认真学习各门功课上，力争成绩优秀。

2. 号召学生积极参加各种学科小组活动，培养她或他从小就对某一门学科产生浓厚的兴趣。

3. 鼓励学生积极投身各种文体活动，从小葆有音乐、美术、书法、诗歌、戏剧、舞蹈、球类、田径、武术等其中一门或两门强烈的爱好，不断丰富精神生活，美化情感情操，开阔恢宏胸怀。

4. 组织学生春游、秋游、划船、爬山、举办各种文艺晚会、对抗比赛，在动态中激发学生的进取心，净化学生不健康的情感。

当然，这四类升华感情的方式，在教育上所发挥的功能是多方面的，是起综合效应的，绝非仅仅有利于青春萌动期教育的开展。

三、防微杜渐原则

础润而雨，月晕而风。一个天真无邪、单纯幼稚的中学生，假设心中有事，在外表上总是有蛛丝马迹可寻的。教育经验告诉我们，凡遇下列表现，就应密切注意。

1. 有旷课行为，深夜不归的；2. 追求打扮，讲究吃喝的；3. 与校外不三不四的人接触的；4. 突然大手大脚花钱的；5. 上课注意力不集中，精神恍惚的；6. 突然沉闷不语，眼神发呆的；7. 精神亢奋，突然狂喜，失去常态的；8. 学习成绩突然下降的；9. 鬼鬼祟祟，嘀嘀咕咕的；10. 饮食起居不正常的。

为了做到未雨绸缪，防患未然，探明学生心灵中的秘密，单靠留心观察、捕捉现象是不够的，主要是靠赢得学生的信任，赢得学生的心。

当确切了解到学生心灵的秘密之后，就要不失时机地晓之以理，动之以情，导之以行，不训斥、不责备、不讽刺、不挖苦，更不能打、不能骂，而是具体分析，具体帮助，引导学生恢复常态，消除隐患于萌芽状态之中。

四、四教同步原则

我在这里所说的四教是指人生观教育、革命理想教育、伦理观教育和青春萌动期教育而言，所说的同步是指这四种教育以人生观教育为中心，互相影响、互相促进、互相渗透，因而，每个学生的人格不断得到完善，身心不断得到健康发展。

萌动的青春犹如一匹烈性的野马，不能没有理智缰绳的控制；朦胧的恋情犹如一座微睡火山，不能不受道德地壳的约束。正确的恋爱观总是建立在正确的人生观、理想观和伦理

观的基础上的。

我们应该教育学生懂得：人有人生观，这是人和动物最根本的区别之一。对于生活在社会主义制度下的80年代的青少年来说，首先就要自觉树立革命的人生观，充分认识到人生的意义不在索取，而在奉献；人生的价值不在享受，而在创造。

我们应该教育学生懂得：理想是鼓舞人们前进的精神支柱。它使人有明确的奋斗目标，有坚韧不拔的斗争精神。人们就是靠着理想去创造历史、推动历史前进的。生活在社会主义制度下的80年代的青少年就要自觉树立革命的理想观，为建设四化而学习、为实现共产主义而献身。无论从理论上还是从实践上分析，个人志愿与革命理想既有联系，又有区别，革命理想是个人志愿的思想基础，而个人志愿则是实现革命理想所选择的人生道路，职业和岗位。无论何时、何地、何事，个人志愿都应以革命理想为指针，对待恋爱、婚姻，这样纯属个人生活的事也不能例外。

我们还应该教育学生懂得：生活在社会主义制度下的80年代的青少年就要自觉树立正确的伦理观。从小就应学会关心人、尊重人、爱护人；处处做到吃苦在前、享受在后；事事做到他人第一，集体第一，大公无私，舍己为公。男生要特别做到不辱骂女同学，不欺侮女同学，不伤害女同学；女生尤其要做到自主、自尊、自爱、自重、自强，随时高度珍惜和奋起保护自己的人格、自己的名誉、自己的尊严，永葆端庄大方，一身正气。

学生们懂得了这些道理，树立了这些信念，胸怀自然会日趋开朗，情操自然会日趋纯真，境界自然会日趋高尚。在这样的思想基础上，我们就可以比较容易引导学生去逐渐领会什么才是真正的爱情。向他们讲清楚：真正的爱情是人类的一种特殊感情。这种特殊的感情以性爱为基础，以婚配为目的，它强烈而又持久——绝不是一时的感情冲动；它纯洁而又高尚——绝没有半点的虚伪和造作；它天然地寓有一种崇高的献身精神。这就是生活在社会主义制度下的80年代的青少年应有的爱情观。

五、三位一体原则

任何一位中学生都脱离不开家庭、学校、社会这三大环境。学校是主体，家庭、社会是两翼。只有家庭、学校、社会三者互相配合、互相支持，造成一个三位一体，调谐一致的教育环境，在德、智、体诸方面才有利于学生的健康成长。否则，若互相牵制、互相抵销，内耗力很大，那就会给教育事业带来许多麻烦。

创造一个三位一体、调谐一致的教育环境，这理应是办好教育的前提。开展青春萌动期教育尤其需要一个这样的教育环境。

按道理，同在社会主义制度下生活，共同执行一个教育方针，家庭、学校，社会三者之间不应该出现什么不一致、不协调的地方。然而实际上，当前我国正处于一个伟大的变革时代，新旧思想斗争激烈，外来影响日增。由于认识观点不同，角度层次的差异，习惯势力的影响，三者之间出现不一致、不协调，一时是很难免的。这就需要充分发挥学校的主体功能，尽最大努力多做些统一工作。

关于家庭方面，大多数家长望子成龙心切，都愿意配合学校教育孩子。现在已有不少学校创办了家长学校，以便互通信息、统一认识、密切联系、加强合作。我校初二年级的家长，一开学，就由学校领导向他们作关于青春萌动期教育的报告，对他们提出若干具体要求，提醒他们密切注意孩子的生理、心理变化，发现问题，及时进行教育。对个别学生的问题，我们大都是进行家访，或约家长到学校来面谈，及时交换情况，共同商量教育方法。

关于社会方面，事情可就难办多了。有人持悲观论调，说什么，“社会上刮什么风，学

校就起什么浪”，“大气候”管着“小气候”，“如今社会风气不正，对学校冲击很大，顶不住、挡不了，谁也没辙。”不过，我们觉得，诚然，学校教育不是万能，对“大气候”不好招架，但也并非完全束手无策，无所作为。比如我校附近一度各种格调低下的小报泛滥成灾，对学生为害不浅。后经我们向有关领导部门呼吁，就及时予以取缔，刹住了这股歪风。当今是信息时代、开放时代，关住大门办学是行不通的。应该让学生走向社会，经风雨，见世面，有些锻炼，这没有什么大不了的。学校和家庭只要能结成“神圣同盟”，合作一致，抵制社会的不良影响，多点预见性，少点盲目性，及时“打防疫针”，把教育工作做在问题出现的前头，“小气候”反过来是可以改变“大气候”的。学生的绝大部分时间毕竟是在学校度过的，学校教育主导作用的力量是不容低估的，持悲观论点和无所作为论点的老师，应该放开眼界，重新估价学校教育和家庭教育的作用才好。

—摘自《教育研究》

2. 怎样对中学生进行青春期性教育

北京育才学校 杨文兰

进行性生理知识教育，打破对性器官的神秘感

初中学生已经进入青春期，男性和女性的特征逐渐显露出来。但是，由于不懂性解剖、性生理知识，学生往往对自身的发育变化产生许多疑问，有一种性神秘感。教育者应当不失时机地把有关的科学知识告诉学生，让学生认识自己、了解自己。为此，我根据初中学生的年龄特点，着重把男性、女性生殖系统的解剖和男性、女性性腺器官的功能两部分知识讲清楚。在讲这些知识的同时，我还联系学生的实际，讲有关的卫生知识和常见疾病的防治方法，并解答学生认为“来月经倒霉”、“遗精伤身”等思想认识问题。这样，不仅打破了学生对性器官和生理现象的神秘感，也解除他们由于不懂科学所造成的精神压力。我在讲授中，重视强化科学性，淡化好奇心，着重于提高学生自我保护的意识，培养良好的生活和卫生习惯。

例如，我在讲解生殖系统的解剖知识时，我从医院借来了大型彩色生殖器官的局部解剖挂图，采取男女学生分别讲解的方法，让学生直观地、大胆地正视自己的生殖器官的解剖特征。在开始讲这些知识时，无论男生或女生都是既好奇又羞涩，神态极不自然，但神情却极为关注。看得出来，他们迫切希望知道这些挂图上究竟有什么奥秘。每当这时，我总是理直气壮，讲透讲够，从不躲躲闪闪，让学生感悟到对待科学的严肃态度。比如有关男性阴茎部分，我是这样讲的：阴茎分头、体、根三部分，头部又叫龟头，龟头表面覆盖着粘膜，体部和根部表面覆盖着皮肤。体部的皮肤在头部又反折成腔袋包裹着龟头，这部分反折的皮肤叫包皮，包皮形成的腔叫包皮腔。包皮腔里很容易存留污垢，尤其是龟头根部的冠状沟内，往往是细菌的滋生地，使龟头发炎，引起龟头红肿、疼痛，医学上叫做龟头炎。遇到这种情况，如果症状较轻，可用温开水或用1:5000高锰酸钾溶液清洗，如症状较重，就要就医吃消炎药。预防龟头炎的主要办法是保持包皮腔的清洁，洗澡时一定要别忘了将包皮翻开清除里面的污垢。包皮过长或包皮口狭窄，应及早到医院做包皮环切手术，因为长期有炎症可能引起癌变。至此，我又介绍犹太人和穆斯林在男孩发育到11岁左右时有做包皮环切术的习俗，叫

做“割礼”，所以他们男性的阴茎癌发病率很低。

上这样的课，学生们一个个都严肃认真、聚精会神，课堂纪律比任何课都好，没有人交头接耳，更没有人嘻笑。课后大家反映愿意听，印象深。不止一位家长说：“这种课讲得好，有必要。我儿子原来经常发炎（指龟头炎），还不愿上医院，现在已经好长时间不发炎了。孩子说学校的大夫教给我们的法子真灵！”

又如给女生讲性腺器官的功能和来月经的原因时，我指出卵巢是女性的性腺器官，分泌两种激素：雌激素和孕激素，他们在生理上有协同也有拮抗作用，对青春期的少女来说，雌激素能促进子宫、子宫颈、阴道和外阴的发育，使子宫肌肉变厚，血液循环增加，外阴丰满，生殖器官逐渐由幼稚型变为成人型。雌激素和孕激素共同促使乳腺发育，使青春期的少女乳房逐渐丰满，还使胸背部和臀部的皮下脂肪增多，显示出女性特有的体态。在讲清楚在两种激素作用下形成月经来潮知识之后，我向学生着重进行经期卫生教育，如月经带要勤换，内裤要勤洗，外阴要清洁，洗外阴时要由前往后，最后洗肛门周围，这样可防止肛门周围的细菌污染外阴和阴道，当然还要做到专盆、专巾专入专用，避免妇科传染病。月经期不要游泳和洗盆浴，防止细菌上行，造成妇科疾病。有些人人在月经期会出现轻度的下腹坠痛和全身乏力，一般是可以忍受的，不会影响学习和活动。但是，月经毕竟是一种失血，因此应该避免剧烈的体育活动和劳动。要注意身体保暖，吃易消化、少刺激、高营养的食物。个别人腹痛剧烈，甚至恶心呕吐、发烧，可能是痛经，应到医院确诊治疗。此外，我还特别指出精神因素和月经的关系，如过度的忧伤、恼怒、紧张和焦虑都会影响月经周期，甚至引起月经紊乱。因此，少女要注意控制自己的情绪，心胸要开朗，这对于预防月经病是很有益处的。

对于这种课，女孩子很感兴趣。以前女生对于月经往往表现出过分的紧张，一节体育课常有十几名女生要求免上，使体育老师大伤脑筋。进行教育以后，她们说：“过去一来月经就紧张，觉得‘倒霉’，体育课不敢上，劳动不敢参加，青春期的课使我明白了，来月经时照样可以参加一定的活动，现在觉得心里有了底，再也不害怕了。”

进行性心理知识教育，引导学生提高心理适应能力

初中学生性意识开始觉醒，这期间他（她）们既希望了解异性，又有自责和羞涩的精神压力；既希望从异性身上得到理解的友谊，又怕引起早恋的嫌疑，表现出极为复杂和矛盾的心态。这种心态大致有以下一些表现：有些感情外露的学生，喜欢与异性接近或打闹，有的甚至故意捉弄异性；另一些性格内向的学生，男女生界线分明、但嗜读爱情小说，希望探索性的奥秘或得到心理的满足；为了引起异性的关注和好感，有些女生开始注意穿着打扮，男生则喜欢显露自己的才华和勇敢；个别人出现早恋的倾向……由于存在以上情况，有些学生学习精力分散，成绩下降。我觉得作为一个教育工作者，应该向学生进行青春期的性心理知识教育，引导他们提高青春期的心理适应能力。

为了让学生正视自己性意识觉醒的现实，我把人们对性爱的理解过程介绍给学生。一提到性爱，学生听着有些毛骨悚然，显出异常严肃和紧张的神态，迫切想了解有关的知识。我告诉他们，性爱是不同于亲子关系、兄妹关系、朋友关系的一种特殊的男女之间互相爱恋的感情。性爱不应简单地理解为出于人的生物本能性的需要。人对性爱的理解有一个从无知到有知、从低级向高级不断成熟的过程。一般情况下，分为五个阶段：一是无知，一般指小学阶段，男孩女孩之间没有隔阂和戒备，是两小无猜的阶段。二是朦胧，大约发生在小学高年级和初中低年级，是似懂非懂的阶段，开始意识到男女之间的特殊关系，有时表面上男女界

线分明，可心理活动开始不平静，如一名女同学无意中与一男同学目光相触，他们既没有说一句话，也不了解对方的情况，却引起了这位女生的心中不安，不好意思再见到对方。这个目光给她留下了极深的印象，这是在与异性接触中一种说不清楚的朦胧的感情。三是爱慕，大约发生在初中阶段，爱慕她（他）们心目中钦佩或有好感的人。一般讲来，才貌双全或德才兼优的学生往往会成为异性爱慕的对象。可能对一个异性有好感，也可能对几个异性发生好感。学生中希望引起对方注意的方式也很有意思，如为一点小事就狠狠地打对方，借对方的东西，拿对方的文具，摔对方的书包，上课时情不自禁地去看人家，等等。在此期间，表现出精神恍惚，注意力分散。四是初恋，大约发生在高中阶段。这是人在进入青春期后两性之间的自然吸引，是初级的、萌芽的恋爱情感。由于青少年思想的不成熟、不稳定和不定型，所以决定了早恋绝大多数是短命的。例如本校曾有两名高中生，秘密地恋爱，后来女生发现对方没有什么可爱的地方，提出中止这种关系，男生就怀揣菜刀要报复这位女生。从中可看出他们之间没有真正的爱情，爱和恨的变化有多快！五是钟情，大约在20岁以上的阶段。这时，人的生活目的和理想已基本确定，情感和性格也比较稳定，认识水平和精神境界逐渐提高，才出现了比较持久和专一的感情。

对于爱情，我告诉学生们，真正的爱情是一种高尚的感情，是男女双方真挚的爱慕，并且非常强烈、忠贞、专一的感情。爱情决不是一种单纯的异性相吸，它包含着高尚的情操和充实的精神生活，互相理解，互相尊重。我举了周恩来夫妇和居里夫妇的例子，共同的事业和高尚的品德使他们互相激励和体贴，彼此的心灵是相通的，他们的爱情受到人们普遍的尊敬。接着我又讲，青少年只有努力完善自己的人格，培养高尚的情操，提高自己的才干，才能得到别人的尊敬和爱慕。做为中学生还不完全具备这些，就不具备谈恋爱的条件，也得不到真正的爱情。如果有些同学发现自己有早恋情感时，不要自责，也不要放纵，要分析这种情感，如果被对方的优点和长处所吸引，应当把这种美好的情感深藏在心底，变成锤炼自己前进的动力；如果被对方漂亮的外表或优越的家庭条件所吸引，应该告诫自己这种感情是肤浅的，不要过早地承担起丈夫、妻子、父亲、母亲的责任。要学会用理智控制自己的感情，努力使自己从梦幻中觉醒，理智地回到现实生活中来。

学生对这种真诚、坦率的讲法很欢迎，他们听得津津有味，有的还不住地点头。课后老师们反映，学生原来浮躁的情绪变得稳重了，个别有早恋倾向的学生，能主动调整自己的情感，自然地与异性同学相处，又恢复了学习的积极性。

鼓励学生树立远大理想引导他们建立成才意识

中学时期是人生的一个新阶段，这期间他们逐渐开始发现社会、了解社会、认识社会，开始对于人生的思索。由于他们还很不成熟，各种思想都会对他们施加影响，甚至一些腐朽没落的人生观也会传给他们，使部分青少年思想发生混乱。鉴于这种情况，教育者应当主动地用无产阶级的人生观和世界观教育学生，帮助学生认识做人的社会责任。

我与学生一起分析人类社会发展的历史和国家兴衰的经验，启发学生理解人离开社会就不能生存，同样，社会又是全体人民劳动智慧的结果。一个人只有把自己的生命、活动与社会的、民族的利益结合在一起，才能发现做人的真正意义，才能产生强烈的成才意识和社会责任感。一个人不能只想到自我，爱因斯坦说过：“一个人的真正价值，首先决定于他在什么程度上和什么意义上从自我解放出来。”“只有具备了社会责任感，要求自己对社会、对民族有贡献，才会热爱生活，立志向上，努力学习，兴趣广泛，性的意识就会自然地被淡化，

正如一位学者所说：“崇高的理想可以降低人的生物性。”同时，由于少年时期培养了高尚的道德情操、增长了知识才干，也为成年的幸福打下了基础。与此相反，一个人如果在少年时期胸无大志，把自己的幸福寄托在恋人身上，总幻想得到一位才貌双全的如意郎君或温柔多情的美丽倩女，这种想法不仅不切实际，还会使朦胧的性意识得到强化，整天陷于爱慕与思念的困扰之中，精神上也会感到痛苦，长此下去，学习没有劲头，聪明才智提不高，白白地浪费了宝贵的青春，而且也不会得到别人的尊重和爱慕。

同学们对树立远大理想，降低人的生物性这个内容，觉得很新鲜。他们对我说，以前从来没有想过这个问题，通过青春期教育，对培养自己成为道德高尚、知识丰富、精明强干的新人最感兴趣，以后要严格要求自己，为今后的进步打下基础。

引导学生开展男女生之间正常的交往

青少年希望了解异性，愿意得到异性的友谊和理解，这种良好的愿望有利于身心健康，应当得到满足。基于这种认识，我对学生讲道：家庭、学校、社会都是由两性组成，两性的交往是很正常的事情，如果一个人只会与同性交往，见到异性就不知所措，将来怎么能适应社会的需要呢！在与异性的交往中，要遵循一个原则，就是要有利于团结和进步。在交往中既不要过于敏感，又不要不自重，要不卑不亢，彬彬有礼，学会尊重别人和尊重自己，在交往中还要善于发现和学习异性同学的长处和优点，来弥补自己的不足，从而提高与异性交往的能力。

学生对这部分内容极感兴趣，他们觉得两性交往这个异常敏感的问题得到了老师的理解，所以能敞开心扉同老师交谈。女学生说：“男同学思维活跃、大胆，敢于提出自己的见解，心胸开阔，不忌妒别人，是值得自己学习的。”男学生说：“女同学办事细致认真，遵守纪律，稳重，听老师的话，是自己所不及的。”在工作中，我有这样的体会，凡是男女学生界线不严格的班级，早恋现象少，看爱情小说的少，学习气氛浓，集体荣誉感强。

几年来的工作使我体会到，青少年迫切需要科学的性知识的启蒙和引导，青春期性教育是中学教育中必不可少的重要内容，既不可把青春期的生理和心理变化看成是羞耻和丑陋的事情，更不能认为性是人的生物本能，任由其纵情地自我表现。

——摘自《人民教育》1990年10期

3. 帮助青少年渡过青春期

天津市第二师范学校 陈素兰

帮助青少年学生顺利地渡过青春期，是教师、家长义不容辞的责任。要做好这项工作，必须了解和掌握青春期学生的生理、心理等特征。

（一）他们渴望了解性知识。据某中学对初中一、二年级1210名学生的调查，有80—90%的学生爱听青春期教育课。有的说：“希望今后多讲这样的课，我们爱听，明白了不少问题，还有不少‘为什么’想问问老师。”初一有47%的学生爱听“什么是友谊和爱情”的课题，要求讲性心理专题的高达90%以上。这些情况反映出处在青春期的学生对自身的变化十分关心，对性生理、性心理有强烈的求知欲望，这种要求是正常的。

（二）情爱方面的幻想开始出现。青少年有时会想入非非。有的把在影视、报刊、书籍中看到过的情爱片断加以组合，幻想与异性交往的种种情景，这在中学生中较为普遍。诚

然，偶然出现的梦幻心理是正常的，如果经常出现则会引起心理异常，导致病态。

（三）产生了对异性的爱慕。歌德说：“哪个青年男子不善于钟情，哪个妙龄少女不善于怀春，这是人生中的至真至纯。”青春期少男少女彼此向往是性心理发展的正常表现。由于这是两性间以自然吸引为基础产生的情感，是性爱心理发展的原始阶段。在其行为表现上，有时虽有类似成人恋爱的举动，但还不具有深刻而丰富的社会内容。只是一种朦胧的对异性的眷恋和向往。

（四）开始出现自慰性的行为。青少年学生性机能开始趋向成熟，因而出现了性欲望。这是青春发育中正常的生理和心理现象。但人类的本能的实现和满足是受社会道德和法律规范制约的，因此，青少年性欲望的缓解通常表现为自慰性的行为。如手淫就是一种。通过手淫满足性冲动是在青春期常见的现象。但手淫对青少年心理是有害的，可引起大脑高度紧张，从而导致神经系统功能的失调。

（五）青少年学生性意识的发展。青春期性意识的发展大体可分为四个时期。

1. 性抵触期。在青春发育之初，有一段较短的时期，总想远远地避开异性，以少女尤为明显。这主要与生理因素有关。由于第二性征的变化，使青少年对自身所发生的剧烈变化感到惘然与害羞，本能地产生对异性的反感与疏远。

2. 仰慕长者期。处在青春发育期的青少年对周围在某个方面有突出表现的长者有一种仰慕与爱戴之情，而且尽量模仿这些长者的言谈举止，以至入迷。

3. 向往异性期。处在青春期的青少年，随着性发育逐渐成熟，常对与自己年龄相当的异性产生兴趣，并希望在接触过程中吸引异性对自己的注意。

4. 恋爱期。青春期发育的完成，已达成成年阶段，青年把感情集中寄予自己钟爱的异性身上，彼此常愿在一起，情投意合，在工作、学习上互相帮助，开始考虑组织未来的家庭，这时青年对周围环境的注意逐渐减少。

（六）青少年的自我闭锁性。这也是青春期常见的现象。他们已开始失去童年的天真烂漫和直爽，注意力逐渐转向自己的内部世界。喜欢静静地思考，独自行动，即使对最亲近的父母也很少吐露真情。另一方面，他们又强烈地希望被人理解。造成这种封闭性的原因是随身体内部性本能的启动，在他们身上充满了自己无法解答的谜。他们一方面努力掩饰自己，另一方面，又希望找到倾吐的对象而使自己得到安慰。于是他们许多人开始写日记，希望有自己单独的房间，有能上锁的抽屉，在夜深人静之时，冥思苦想。而他们的秘密去告诉谁呢？据某地区调查表明，20%的中学生能对父母讲，30—40%的中学生愿对同性朋友讲，少年伙伴的意见常被视为比成人的意见更为宝贵。而遗憾的是跟老师说心里话的很少。这说明学校在性教育上仍是个空白区。这就提醒教师对现时代青少年学生的教育要有新的招法。

教师要根据上述青少年学生在青春期所表现的心理特征进行具体的教育指导。其方法建议如下：

（一）知识武装法。随着对外交流的扩大，性信息的输入也在增大；影视、报刊、广告中性刺激的内容不断增加，连服装款式也追求性感，这种社会影响是自发的，而人们对性知识却一直采取回避的态度：卫生课“生殖”一章不讲，青春期知识讲座不开。殊不知，由于青少年无人指导，分不清是非，缺乏免疫力，而资产阶级思想侵蚀又往往从青少年性知识缺乏以及性意识萌动入手。据青少年性犯罪的调查发现，他们了解性知识的年龄比青春发育的年龄平均要迟4—8年。就在这4—8年中，最有可能使青少年上当受骗，甚至犯罪。周总理早在60年代就曾指出：“一定要把青春性卫生知识教给男女青年，让他们能用科学知识

来保护自己的健康，促进正常发育。”当隔十年后的1973年，他又指出：“不仅要求在教材上要有生殖一章，而且在讲课时，应有大幅彩色男女生殖器官的挂图，便于形象的讲解。”同时指出，要把性卫生教育当作移风易俗的大事来抓。今日重温周总理的教导，确实给我们青春期教育指出了明确的方向。青春期常识是一门人生必修课，它可以培养青少年对各种性信息刺激的适应能力。

（二）自我控制法。在青少年学生中，有传递纸条、写情书等现象。这是由于生理发育超过了心理上的成熟程度而出现的一种现象，是一种身心失控的表现。青少年学生理应以求知为目标，早恋会荒废学业，甚至酿成人生悲剧，遗憾终生。当然解决这个问题不能只靠外界约束，根本的方法应是自我控制。在这方面，需要培养学生高尚的道德感和理智感，用人类独有的理智来改变盲目而强烈的性冲动，从而有效地增强对性刺激的抗拒力和抑制力。

（三）理想鼓舞法。青春期是人一生中智力发展的高峰期。古今中外最有成就的人，多在少年崭露锋芒。从1901年到目前为止，有110多位诺贝尔奖金获得者，其中大多数是少年就表现出出众的才华。所以，有“误了青春期，就会误人一生”的说法。因此，要用科学家、名人的事迹教育青少年学生，教育他们不要过早地陷入感情的泥潭里，要有理想、有抱负，使他们用对事业的执着追求来拨正生理发育所导致的心理倾斜。如《中学生梦幻曲》中郭辉为用继承父业努力成才的强烈愿望，激励自己，克制对陆天林的感情。

（四）精神调节法。丰富的精神生活，多种多样有趣味的活动，既有利于开发智力，又可以以充实的内容去占领课余时间，让青少年学生旺盛的精力得到有益的释放。这也是调节性冲动的一个途径。

（五）性意识升华法。这种方法是教育青少年将本能的性欲冲动的内驱力转移到自己和社会所能接纳的范围，以求得变相的、象征性的性满足。如有个女生十分倾慕同班一男生，很想与他单独接近，但又意识到双方都在读书，不该打乱他的生活步伐，于是她把自己的心情写成作文“紫罗兰悄悄地开放”，并把自己的情感寄托在文学写作上去。

（六）宽松式谈话法。教师和学生促膝谈心，是帮助学生度过青春期的重要方法。这就要求教师，一要坦诚，只有教师向学生交心，才能赢得青少年和你交朋友。二要尊重，教师要尊重学生的人格，尤其要尊重有“过失”的青少年。三要保密，当学生坦露自己“内心世界”的时候，教师要因势利导，具体指点，并要为他保密。

——摘自《天津教育》

4. 青春期教育的几个思考题

崇明县教育局德育研究室 张志刚

1. 青春期“危险”的原始起因的构成分析

人们一般把十一、二岁至十八岁划为青少年时期，并认为这是最难教育的时期。从青春期教育的角度来看，青少年时期也确实存在着诸如早恋、传阅淫秽手抄本直至发生性罪错的“危险”。造成这种“危险”的青少年本身的原始起因是什么？我们自然地会想到是生理上的成熟，脑垂体前叶促使体内性激素分泌增加，这种内分泌系统的变化，反映到大脑中就会产生朦胧的对性的兴趣和关注。尽管如马卡连柯曾不无揶揄地说过：“任何时代、任何民族