

儿童性教育问答

12—15岁



为什么脸上
会长小痘痘?



什么是试管婴儿?



生女孩或男孩,
是偶然的吗?

从法国纳唐出版社引进



上海教育出版社

儿童性教育问答

12—15岁

维吉妮·杜蒙

心理学家、心理治疗师、
儿童与青少年心理专家

塞尔日·蒙塔尼亚

青年科学读物作家，
生物学教授

插图

罗曼·斯洛贡布，塞尔日·布洛克，罗伯尔·巴尔波利尼

翻译

戴冬梅



感谢弗朗索瓦丝·德热尔医生曾认真审阅本书

上海教育出版社



目 录



丛书主编
维吉妮·杜蒙

编辑
塞尔日·蒙塔尼亚

出版设计
玛丽-奥迪尔·福达克

出版发行
阿丽亚娜·雷昂德里

艺术总监
贝尔纳·吉罗德普

版面设计
玛丽沃娜·玛贡维

插图
罗曼·斯洛贡布,
塞尔日·布洛克,
罗伯尔·巴尔波利尼

照片选用
克莱尔·巴拉迪尔

第一部分： 身体及其变化

男孩女孩6-7

我们同龄，为什么却

如此不同？

但同时，我们又都是一样的

生男生女是怎么回事？

那么说，生男生女纯属

偶然了？

阳刚与阴柔8-9

有些女孩很像男孩

斯特法妮真是个小男子！

安托瓦跟女孩似的

难道像男像女都是可能的？

“男女平等”是什么意思？

妇女的解放

变化的身体10-11

那么多翻天覆地的变化！

别人总是评论我的相貌，

真让我烦！

其他有些变化从表面

看不出来吗？

青春期和青少年时期

是一回事吗？

青春期12-13

笨手笨脚的年龄

是什么促使了青春期

的到来？

什么是激素？

每个人的性征都是

特定的吗？

从女孩到女人14-15

女性有外生殖器吗？

青春期之前，女孩已经

有这些生殖器了吗？

女性的性器官16-17

女性的性腺

输卵管是什么？

子宫有什么作用？

卵巢有什么作用？

阴道是什么？

女性有勃起吗？

月经 (1)18-19

什么是月经？

月经持续多长时间？

是什么促使月经来潮？

月经的血是从哪里来的？

第一次月经随时都可能

来吗？

月经 (2)20-21

女孩来月经的时候，

别人能看出来吗？

为什么有时会痛经？

为什么经期有时不准？

月经来潮后，女孩就

能够怀孕了吗?
用卫生巾还是用卫生棉条?
来月经的时候能游泳
或洗盆浴吗?

排卵22-23

排卵是怎样发生的?
何时排卵?
排卵疼吗?
一个女人一生共有多少
卵细胞?

什么是绝经?

乳房24-25

人人有乳房!
为什么乳房会发育?
从什么时候开始要戴乳罩?
乳房发育要持续多长时间?
怎样做才能有美丽的胸部?

从男孩到男人26-27

男性性器官是怎样开始
发挥作用的?
从什么时候开始需要
刮胡子?
为什么男孩会变声?
精子的产生会持续多久?
男孩开始射精,就可以
生育小孩了?

男性性器官(1)28-29

阴茎的双重功能
从睾丸……到胡子!
为什么睾丸位于体外?
精子是怎样到阴茎里去的?
必不可少的腺体
为什么会有勃起?

男性性器官(2)30-31

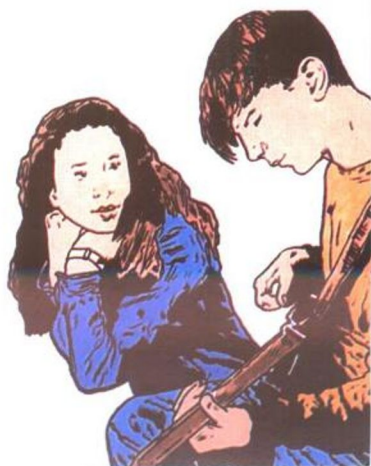
阴茎有标准大小吗?
什么是包皮环切术?
排尿和射精可以同时
发生吗?
只有一个睾丸怎么办?
早上起床时我的阴茎
硬邦邦的,这正常吗?
流行性腮腺炎会导致
不育吗?

接受自己的新身体32-33

保持卫生很重要吗?
要去看医生吗?
为什么脸上会长小痘痘?
手淫正常吗?
女孩需要看妇科医生吗?

尊重自己的身体34-35

我害怕长胖,所以我就
节制自己的饮食!
我总是感到饿,这正常吗?
我不喜欢早睡觉
自我保护,提防坏人
我从来不觉得冷



第二部分： 性爱

同家人关系的变化36-37

我常常同父母闹矛盾

看到父母赤身裸体、

我感到很不自在

妈妈进我房间时不敲门，

真让人烦！

我不想把什么都告诉他们

他们没有意识到我已经

长大了

女孩男孩之间38-39

我们不敢同女孩搭话，

觉得自己很可笑

我班上的女孩子

上课时，如果我坐在

玛蒂尔德身旁，我

的感觉很怪异！

为什么男孩子不谈论

他们的情感？

喜欢自己也让别人

喜欢你40-41

我觉得自己不好看：

我脸上长小痘痘，脚也太大！

怎样让别人喜欢自己？

女孩们个个想长得像模特！

成年人的身体、

孩子的心理42-43

街上的男人们都用怪异

的眼光看着我！

如果在街上觉察到有

人跟踪我怎么办？

如果有熟人骚扰我怎么办？

禁止乱伦

没有爱情的性44-45

到多大才可以体验性爱

欲望和爱情是一回事吗？

手淫就是自己一个人

做爱吗？

学会自我保护

避孕(1)46-47

什么是避孕？

最好的避孕方法是什么？

人工流产是一种避孕

方式吗？

避孕药是怎样发生作用的？

避孕药有何利弊？

避孕(2)48-49

避孕套有效吗？

不咨询医生可以自行

购买避孕套吗？

其他避孕手段

怎样实行自然避孕？

与性有关的疾病50-51

什么是性病？

性病是怎样染上的？

怎样知道自己患了性病？

性病怎样进行治疗？

从前也有性病吗？

艾滋病52-53

什么是艾滋病？

艾滋病有哪些症状？

艾滋病病毒是怎样检测

出来的？

“血清化验呈阳性”是



什么意思?
 如何预防艾滋病?
 有治疗艾滋病的方法吗?
伴侣和爱情54-55
 结成伴侣需要什么?
 爱情到永远……
 男人和女人不再相爱了
 怎么办?
 同性恋是怎么一回事?
受精56-57
 只要发生了性关系,
 就可以怀孕生小孩了吗?
 配子相遇
 受精卵发生怎样的变化?
 为什么会生双胞胎?
 胚胎是人吗?
怀孕58-59
 生孩子有年龄限制吗?
 怀孕最初的征兆是什么?
 胎盘有什么作用?
 “少女妈妈”是什么意思?
分娩60-61
 怀孕的妇女怎样知道
 即将临产?
 分娩要持续多长时间?
 据说生孩子很疼
 我是早产儿、早产
 有什么影响吗?
 我的妹妹是剖腹产
 出生的,这是什么意思?
难以受孕的情况62-63
 只要决定要孩子就能
 生孩子了吗?

什么是试管婴儿?
 为什么有些妊娠不能完成?
 谁是被收养的孩子的
 真正父母?
词汇表64
索引65

长胡子了!



■■■ 男孩女孩



男孩和女孩的平均人数

全世界每年出生1亿4千3百万孩子。男孩和女孩的出生比例大约是105比100。

■ 我们同龄，为什么却如此不同？

10到15岁时，男孩和女孩都从童年向青少年时期过渡。每个人成长的速度不同，有时差异惊人：同龄人中，有的人身体已经开始变化，而其他人尚未开始。但有一点是可以肯定的，那就是你们将来都会长成男人或女人。

■ 但同时，我们又都是一样的

处于青少年时期的男孩、女孩常常会有一样的着装方式、饮食习惯和说话方式：牛仔衣、篮球鞋和音节颠倒的用语，都是这个阶段的“辨认标志”。你们形成了一个真正的群体，有别于年幼者和年长者，你们也认同自己属于这个年龄阶段。

■ 生男生女是怎么回事？

人的性别是由两个生殖细胞（即来自女性的卵细胞和来自男性的精子）的结合来决定的。所有的卵细胞都带有一个X型性染色体，精子则带有一个X型性染色体或是另一个性染色体Y。在受精卵中结合形成的一对性染色体决定了我们是男是女。如果它们是XX型的结合，就生女孩；如果是XY型的结合，就生男孩。在我们身体内数以百亿计的每一个活细胞中，都包含着我们的性别基因。

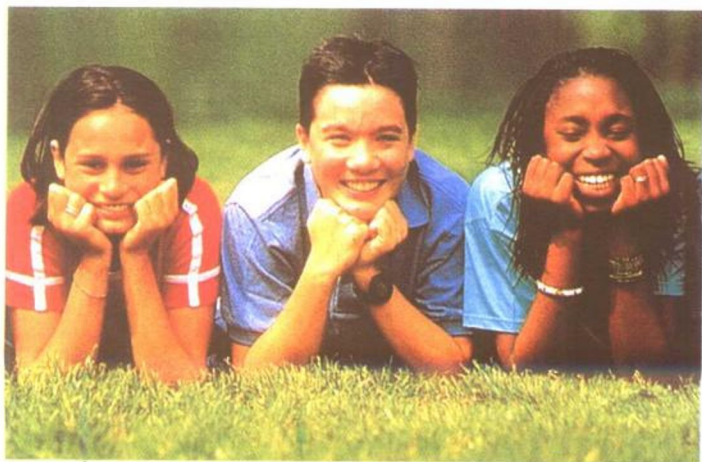


■ 那么说，生男生女纯属偶然了？

完全可以这样说。所有不能从科学上解释的现象，我们通常说它是“偶然”的。在现有的知识范围内，我们还不知道在受精的那一刻，是什么原因使得带有X型性染色体或Y型性染色体的精子能够捷足先登。

两两结成对

我们身体中的每一个活细胞都含有23对染色体，但生殖细胞除外。卵细胞和精子各含有23条染色体，也就是说只有体细胞中染色体的一半。卵细胞和精子结合在一起的时候，就有……46条染色体了。



阳刚与阴柔

■ 有些女孩很像男孩

如果我们是男孩，却被称为“姑娘”，或者是女孩，却被叫成“小伙子”，这通常让人很不舒服。有些女孩的胸部不丰满，有些男孩的胡须很少。不同的人之间身体表面特征存在细微差别是完全可能的，但是只要具有女性生殖器官的就是女孩，具有男性生殖器官的就是男孩。

■ 斯特法妮真是个假小子！

但是，现实生活中的斯特法妮却是个十足的女孩。只是她大大咧咧的做事方式，她的步态和穿衣戴帽的风格在别人看来有男孩子气。

■ 安托瓦跟女孩似的

……这是因为安托瓦长得比较秀气，还因为他喜欢读书和一些安静的活动。但是安托瓦却是一个真正的男子汉。



■ 难道像男像女都是可能的？

想把男孩女孩截然分开是徒劳的，虽然我们都具有较为突出的性别特征。是男也好，是女也好，但是这丝毫不妨碍我们具有另一个性别的特点。毕竟我们是由男人和女人共同孕育的，我们兼有两者的“财富”……

■ “男女平等”是什么意思？

不久前，人们还认为“女不如男”。法国的女性在1944年才获得选举权。在很长时间里，名牌大学的门对她们关闭着。女性担当负责人的机会比男性要少得多。现在的一系列的变化主要是“女权主义”运动斗争的结果。当今社会中，我们还没有完全达到男女两性在事实上的平等。

■ 妇女的解放

避孕，也就是所有能使人避免怀孕的方法，是“妇女解放运动”取得的成果之一。该运动的口号是：“我想要孩子的时候才生孩子。”它于20世纪60年代在西方国家兴起。运动的目的在于消除男女两性在工作、薪酬和家务劳动等方面的差别。

简要历史回顾

1792: 奥兰普·德·古日 (Olympe de Gouges) 发布《女性公民权利宣言》，她是第一个曾为女性解放而斗争的女权主义者；

1966: 避孕药被允许使用；

1972: 设立同工同酬原则的法律颁布实施；

1975: 允许人工终止妊娠的法律颁布实施；

1983: 关于男女就业平等 (例如, 雇主不能因为应聘者是女性而拒绝聘用) 的法律颁布实施。



变化的身体



■ 那么多翻天覆地的变化！

出生后的第一年，你的身高曾在一年中增加了20厘米，体重则是出生时的3倍。而从青春期开始到结束，你的身高可以增加20到40厘米，体重几乎翻1番，这都是完全正常的。女孩的快速生长，一般在月经初潮后两年停止。男孩的青春期发育一般要晚一些，常发生在12到16岁之间，个子则在17岁时定型。青春期过后，身体的快速增长一般不会再出现。

■ 别人总是评论我的相貌，真让我烦！



成年人通常会巧妙地评论你说：“多漂亮的姑娘！”“真是一个棒小伙！”这些所谓的“奉承”却会令你感到难堪。因为，体毛生长、乳房发育、变声和长高都是一些巨大的变化，我们并不是那么容易就适应一个脱胎换骨的身体。



■ 青春期和青少年时期是一回事吗？

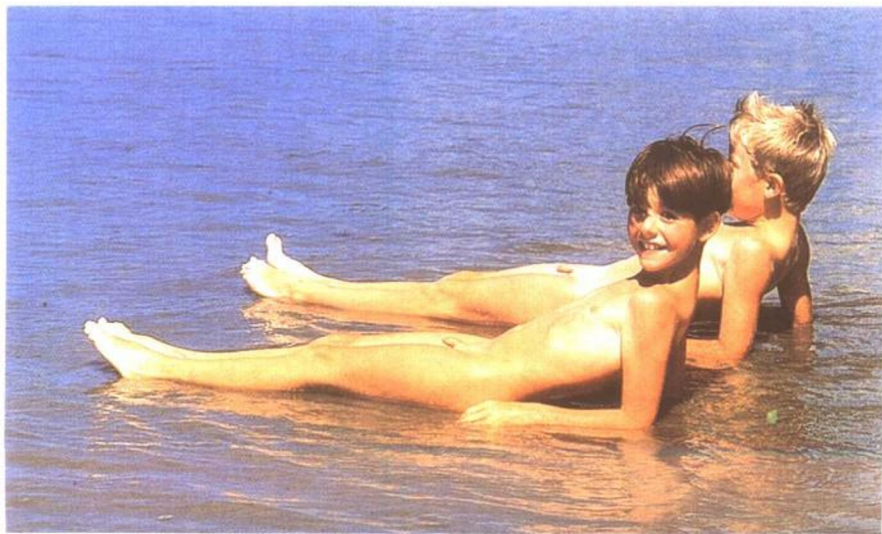
青春期时，人的身体内、外发生巨大变化，生殖器官开始成熟。青少年时期始于青春期，除了身体的变化，还包括思维方式的改变和同他人关系的变化。青少年同家人的矛盾激增，会品尝到初恋的滋味，容易受到漂亮外表的吸引，这些都是构建自由的、有责任心的成熟人格所必经的阶段。

■ 其他有些变化从表面看不出来吗？

看不出来的变化主要是生殖器官的发育。青春期后，女孩、男孩都变成了可以有性生活、可以生育后代的女人和男人。

你们不会都在同一个年龄经历青春期变化，不要忘记这一点！

一般来说，女孩的青春期的到来比男孩的要早到来。所有的变化都与人的愿望、意志无关。



■■■ 青春期



■ 笨手笨脚的年龄

青春期的时候，身体会发生很大变化。因此，我们这时经常会有一些踌躇犹豫的步态和笨手笨脚的动作……

■ 是什么促使了青春期的到来？

青春期时身体发生巨大变化，是激素作用的直接结果。这些激素是由一种小腺体——垂体产生的。我们现在还不能解释为什么有的人的激素发生作用比其他人要早。



■ 什么是激素？

在法文中，“激素”一词源于希腊语，原意是“刺激、激发”。它是由腺体产生的、数量很少的物质（几十亿分之一克有时就足够了）。它由血液输送，对特定的器官发生刺激、激发的作用。它像一个信使，负责从一个器官到另一个器官传递信息。激素可分为雌、雄性激素和生长激素等许多种类。

■ 每个人的性征都是特定的吗？

属于一个性别群体，就是具有一整套自有的、可与他人区分的特点。性征可以分为两类：第一性征是与生殖器官（阴茎、睾丸、外阴和阴蒂等）相关联的；第二性征则取决于性腺分泌的激素，是与身体表面特征相关联的（嗓音、胡须、乳房以及皮下脂肪丰满度等）。

青春期开始

欧洲的女孩一般在11岁左右、男孩在12岁左右开始进入青春期。

长胡子了！



从女孩到女人

什么是处女膜？

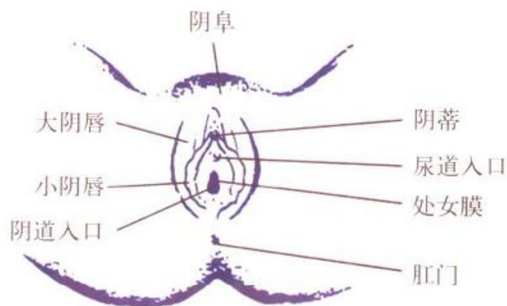
处女膜是一片柔韧的小薄膜，它部分地阻挡了阴道的入口，通常在第一次性交时破裂。

■ 女性有外生殖器吗？

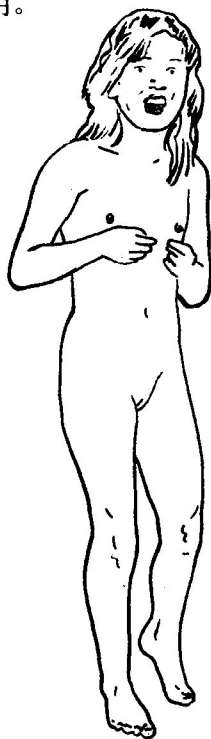
有，这就是外阴。阴道入口两边的褶皱分别是大阴唇和小阴唇。在大小阴唇前方交界处、尿道口的上方还有一个小器官，即阴蒂。阴道、阴唇和阴蒂含有丰富的神经末梢，属于性爱敏感区，在女性的性生活中起重要作用。

■ 青春期之前，女孩已经有这些生殖器了吗？

是的，新生的女婴已经有外生殖器。从儿童时期起，阴蒂就已经开始发挥作用，而其他大部分生殖器官要到青春期才开始发挥作用。



外阴示意图



变化的身体

9-11岁

骨盆发育。乳房开始发育。

11-12岁

长出体毛。生殖器生长发育。

12-13岁

生长加速。月经初潮。

13-14岁

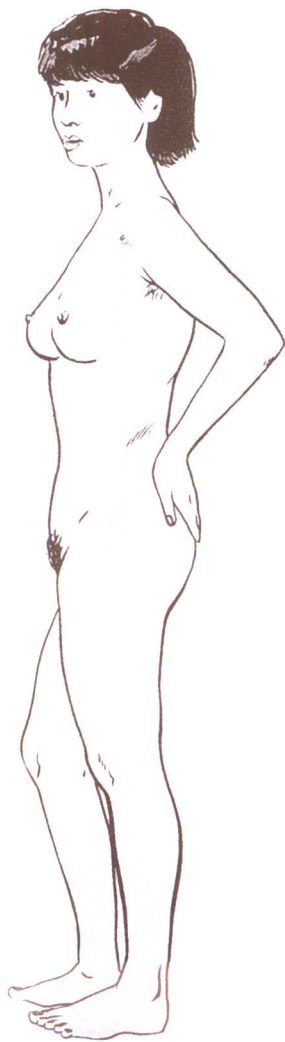
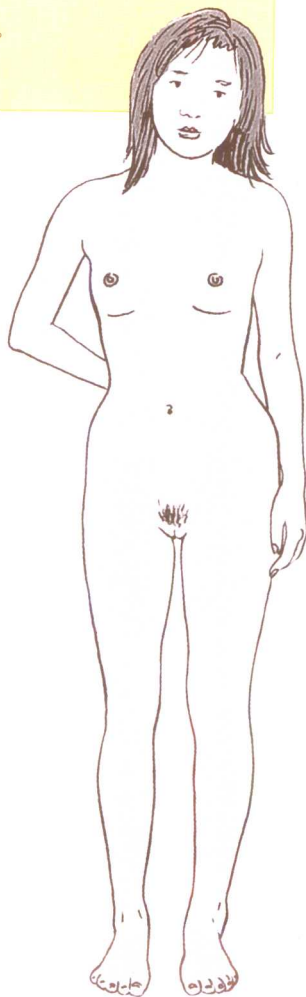
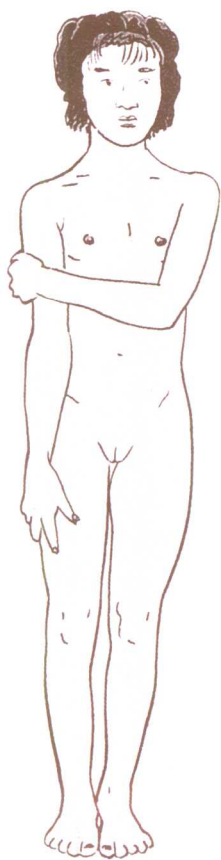
腋毛长出。乳房丰满。个子细高。骨盆加宽。

14-15岁

具备怀孕条件。长出粉刺。

16-17岁

停止生长。





女性的性器官

女性的性腺

两个卵巢位于下腹部，在盆腔内。它们的形状和大小像一个扁桃，由纤细的韧带同子宫联系在一起。每一个卵巢又通过输卵管的喇叭口同其他生殖器官连成一体。

输卵管是什么？

输卵管有两条，都是长十几厘米的纤细管道。每条输卵管内部都长有纤毛，一端的喇叭口罩住卵巢。有喇叭口的这一端明显膨大，边缘呈流苏状，能够抓获卵巢排出的卵细胞，并将它输送到子宫上端。

子宫有什么作用？

子宫是胚胎可以在其中生长发育的“口袋”。它由肌肉组成，中空（长约6至8厘米）。上端膨大凸出近4厘米。子宫壁分为两层：一是较厚的肌肉层，另一层则是较薄的内膜（像口腔内膜一样）。子宫颈口是较为狭窄的部分，一直延伸入阴道。

卵巢有什么作用？

卵巢产生雌性配子，配子的名称根据其不同发育阶段而有所变化（从初级卵母细胞最终到卵细胞）。卵巢还分泌在女性的生活中起重要作用的雌激素。