

小学生系列性健康教育和自我保护课程

珍爱生命

——预防儿童遭受性侵

王剑平 主编



WUHAN UNIVERSITY PRESS

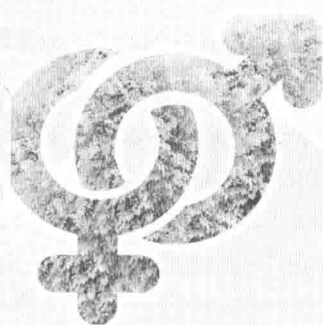
武汉大学出版社

小学生系列性健康教育和自我保护课程

珍爱生命

——预防儿童遭受性侵

王剑平 主编



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

珍爱生命:预防儿童遭受性侵/王剑平主编. —武汉:武汉大学出版社,
2017.5

小学生系列性健康教育和自我保护课程

ISBN 978-7-307-19248-5

I. 珍… II. 王… III. 性教育—小学—课外读物 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 090569 号

责任编辑:郭 静

责任校对:李孟潇

版式设计:韩闻锦

出版发行: **武汉大学出版社** (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: cbs22@whu.edu.cn 网址: www.wdp.com.cn)

印刷: 武汉中远印务有限公司

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 7.75 字数: 118 千字 插页: 1

版次: 2017 年 5 月第 1 版 2017 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-307-19248-5 定价: 25.00 元

版权所有, 不得翻印; 凡购我社的图书, 如有质量问题, 请与当地图书销售部门联系调换。

主 编：王剑平

编委会：黄君仪、梁晓琳、罗小萌、周丽娟、董嘉丽、池宇坚、曾俊、
陈群桃、陈美玉、吴昊薇、陈艳芬（排名不分先后）

本课程获得广东省佛山市顺德区妇女联合会“3861”公益创投项目资金资助。

本课程获得广东省佛山市顺德区容桂街道妇女联合会资金支持。

本课程获得佛山市顺德区容桂街道教育局支持，佛山市顺德区容桂小学、上佳市小学、容里小学、容山小学、瑞英小学、南环小学、城西小学、幸福陈占梅小学等学校的推广应用。

本课程获得顺德区社会服务联合会研讨支持。



序

用公益之力，守护孩子童年

我们经常会形容少年儿童是祖国的花朵，但不幸的是，有一些花朵还未及绽放就遭受恶人毒手的摧残。随着性侵儿童事件的频发，守护孩子的健康成长变得尤为重要。近年来，性侵儿童案件逐渐引起大众关注，被媒体曝光的性侵儿童案件超七成成为熟人作案，其受害人群呈现低龄化趋势，尤其以7岁到14岁的小学生居多。童年，本该是无忧无虑的美好年华，但罪恶的发生却让这些受害儿童在人生中留下了惨痛烙印，给孩子们童年蒙上了一层阴影。虽然儿童性骚扰是一个较为隐蔽的社会问题，但是随着社会的日益开放，儿童与社会接触的日益广泛，儿童性骚扰这个问题还是逐渐浮出水面，不再是一个不能说的秘密。道德滑坡的成人社会给天真未凿的青少年出了一道怪题。

经过调查，我们发现大部分家长因为新闻的关系，都知道儿童性侵害这个严重的社会现象，而且也极为担心。但令人担忧的是，多数家长也羞于与孩子说“性”，导致幼龄儿童的自我保护意识欠缺，遇到性侵害时茫然无措。同时，我们也发现，目前我国义务教育小学阶段的防性侵教育存在普遍缺失的问题，老师因为没有教材，学校因为没有师资而没有开设相关的课程，当然，绝大多数师生家长对“防性侵教育进校园”的期望强烈。



为了孩子，我们在顺德第一个行动

“全国女童保护计划”在2013年6月1日启动，全国各地百名女记者联合京华时报、凤凰公益、人民网、中国青年报及中青公益频道等媒体单位发起“女童保护公益项目”。2014年，全国妇联、共青团、公安部、教育部联合发文，要求各地切实增强保护儿童遭受性侵的行动。

为普及儿童自我保护教育，加强防范性侵意识，容桂街道心声热线援助会（以下简称“心援会”）在2014年3月，首次撰写《对儿童性骚扰大声说“不”》项目方案，积极参加第一届“3861”妇女儿童公益大赛，并获得了赞助。

“心援会”是在2012年7月注册登记的，是在顺德区妇女儿童枢纽组织的孵化中心和容桂妇联的支持下成立的社会团体。“心援会”会员以心理咨询师的志愿者为主，有着在顺德当地最好的心理志愿者队伍，而且里面也有很多家中小学校的心理专业老师。要实现儿童遭受性侵为零的目标，涉及多个方面多个层次，包括社会环境、学校环境、家庭和儿童等方面。服务对象可以分为儿童、家庭、学校、社会，针对四个服务对象设置不同的目标，我们的项目以儿童为直接服务对象，其他为间接服务对象。主要任务是向直接服务对象提供服务，计划通过各种服务带来改变。因此，我们积极联系容桂教育局、容桂各小学，在他们的支持下，“心援会”立足社会现实，以儿童身心发展特点为基准，以增强儿童自我防护能力和提高家长的警惕性为目标，选择容桂地区10所小学的小学生及其家长为辅导对象，启动了第一期“对儿童性骚扰大声说‘不’”项目。

志愿者们集思广益，采取“1+10+N”的模式，即1个机构，10个学校，N个志愿者，成立“儿童保护小组”，通过给小学生开展性教育课程、给家长举办预防儿童性骚扰的知识讲座，让家庭成员共同参与预防儿童性骚扰的主题亲子游园会等方式，借此引起社会各方重视，为孩子们撑起自我保护伞，让更多的儿童免受不必要的伤害。



为了孩子，细心打磨系列教材

经过一段时间的酝酿，我们认为如果仅仅给每个孩子开设一节两节关于预防性侵自我保护的课程，是远远不够的。我们也跟许多从事儿童保护的社会机构合作，参加了“全国首届预防性侵跨界大会”，发现许多社会机构还是处于第一个阶段，开一节课，做一场活动，就认为完成了预防儿童遭受性侵的问题。

我们心援会团队仔细思考这些问题，思考儿童遭受性侵更加深层次的心理原因。什么导致了孩子的彷徨？我们懂孩子吗？经过研究发现，幼儿期儿童认同的对象具有以下特点：①具较高地位；②具权威性；③有较强能力；④聪明、健壮或漂亮。也就是说，儿童对有“心理资源”和“社会资源”的对象很容易产生认同感。儿童遭受性侵的原因经过分析可以归纳为：第一，可能不知道这就是性侵；第二，可能没有朋友，孤独一个人，容易给他人造成机会；第三，家庭关系不融洽，离家出走，有可能遭遇伤害；第四，在遇到一些权威人物的时候，容易顺从。如果仅仅是直接地预防儿童遭受性侵，那么课程内容就显得单薄。我们认为，预防儿童遭受性侵的教育其实更是爱的教育和品格的教育。

在小学生中开展预防儿童遭受性侵的项目，低年级和高年级的反应往往是不一样的。高年级的同学对于性有了一知半解，往往在上此类课程的时候会不好意思，而且有时候还借机开别的同学的玩笑。而低年级的学生则就如同掌握其他学科知识一样，认真学习有关生理和心理知识。我们就在思考，如果从一年级一开始就接触这些预防知识，掌握必要的生理和心理知识技能，那么到了高年级就自然水到渠成了。

在容桂街道心理教研组的帮助下，在顺德区妇联顾问、广州市委党校葛彬教授的支持下，心援会团队成员和容桂小学及上佳市小学校长、老师们积极沟通商量后，决定以这两所学校为项目重点开展校，从一年级到六年级依次系统地开设系列课程。经过精心组织和设计，教研组和团队多次磨合沟通，除了《狼来了，我不怕》《面对性骚扰怎么办》《应对儿童性侵害》《守护青春——学会自我保护》等预



防和应对性骚扰性侵害、树立自我保护意识等课程内容，项目还拓展了教学内容，延伸到维护同伴关系，包括《我们是朋友》《正确对待同伴影响》《怎么面对不同的意见》《学会欣赏，彼此悦纳》《学会倾听、表达和理解》等课程。与此同时，项目团队发现许多儿童的心理困扰来源于家庭，所以也针对性地开设了处理家庭关系的课程，比如《我爱我家》《结婚和离婚》《家庭成员责任》《正确面对父母的争吵》等，相比其他公益组织的项目，我们有了更大的突破，教学覆盖面更广。

为了孩子，充分发挥家长作用

面对这个话题，有的家长不好开口，有的家长也不知道怎么说。我们的团队很细心，精心设计了每门课程的效果反馈卡，在课后让学生填写，要求家长检查。通过这个检查，家长就有了一个很好的教育契机。通过反馈卡我们发现，孩子们对性健康知识和心理健康知识很感兴趣，在接受教育的同时也学会了处理日常的同伴关系和家庭关系。受惠的学生不仅知道了怎么预防和应对性骚扰，也学会了尊重别人的隐私，知道如何合理地拒绝和有效地交流。同时我们充分发挥了小手拉大手的作用，让家长也一起参与到项目中来了。通过反馈卡，我们也看到了家长对项目的认同，认为这类课程非常有必要继续开展，并且成为常态课程。

为此，我们再接再厉，项目团队利用周末时间在学校举办针对学生家长的性教育知识讲座，传授如何预防儿童性侵犯，如何开展1分钟家庭性教育等实用性较强的知识内容。与此同时，为保障家庭成员共同加入维护儿童安全队伍，项目还设置了亲子游园会环节，以游戏互动的方式，向更多的家庭传播预防儿童性侵知识。

为了孩子，模式化培训讲师

在项目开设过程中，我们在想，仅仅依靠我们心援会的力量是远远不够的，我们又可以多做些什么呢？

我们可以培训讲师呀！我们可以团结一切可以团结的人呀！不是很多学校的老



师都有这方面的想法吗？那培训讲师要做些什么呢？

培训第一要有教材教案，第二要有活动和体验，第三还可以提供视频自学。因此我们和容桂小学、上佳市小学的老师商量，要求他们每一节课都进行录像，然后研讨，形成系列的视频，这样我们就可以把教材送给想上课的老师，同时把上课的录像视频也给他们，让他们参考模仿学习。

这真是一件很好的事情。

为了孩子，积极进行政策倡导

据不完全统计，项目开展至今，约 6000 名小学生接受了预防儿童性侵犯教育课程，带动了 6000 个家庭关注孩子性教育的问题；带动了容桂地区 10 多所学校对于儿童性教育态度的转变；项目团队修订了有效的严谨的性教育课程并可用于复制推广，出版性教育刊物推动全社会了解、关注儿童性教育问题，从而预防性侵儿童事件的发生。现在，我们对已有的项目成果进行公开出版发行，推出国内教材《珍爱生命——预防儿童遭受性侵》，填补广东这一领域的空白，在此基础上，尝试在顺德区更多学校推广我们的教材、课件和范例视频录像，争取使更多的儿童受益。

为了孩子，我们有困难但也获得很多支持

在项目推广的初期，团队成员们遇到不少困难，比如有部分家长认为孩子还小，不需要接受性教育，因此不配合；也有一些学校担心社会舆论导向而拒绝项目，当时整个容桂地区只有 10 所学校自愿报名并参与活动。

但是我们仔细思考了我们的困难，认为家长、学校、老师有担心是正常的。但是这种担心是基于不了解的情况下发生的，我们的教材层层递进，穿插深入，通过学习这些课程，这些担心也就迎刃而解。我们针对儿童，通过多样化的课程来让孩子树立正确的性观念，学习自我保护的知识，并能运用到生活情景当中，预防性骚扰。课程包括：1. 知识类课程；2. 游戏类课程；3. 模拟类课程；4. 亲子类课程。



我们认为，预防儿童遭受性侵项目，需要让家长 and 孩子们了解儿童成长的生理及心理变化特点，大方而自然地学习性健康知识；需要让小学生在一定程度上树立积极的人生观和价值观，传递正确的性观念和性道德观，培养健康的生活方式；需要在实践活动中增强小学生的动手能力、交往能力、自我平衡能力以及自我保护能力。说到最终，预防儿童遭受性侵的教育其实更是爱的教育和品格的教育。经过系列课程的深入学习和操作探讨，实验学校内，80%的六年级孩子能掌握基础自我保护知识和模拟应对可能遭受性侵的情况。

2016年1月7日，容桂电视台采访项目团队，帮助推广项目，并且对上佳市小学岑老师在网络中学会保护自己的课程进行了详细报道。同时，街道教育局、顺德社会服务联会对心援会的这个项目非常感兴趣，希望我们能将项目发扬光大，为教育行业培养更多的人才，提供更多优质的教育资源，惠及更多的学校和家庭。

项目的开展要感谢一些人、一些单位。他们包括顺德区妇联的何倩馨主席、麦绮慧主席和她们团队的马洁萍科长、容桂妇联的梁素贞主席、容桂教育局丁云峰股长、顺德社联邹巧茵、社工钟颖等，还有各实验学校的领导和老师。我作为心声热线援助会会长、项目负责人，我十分感谢他们！因为我深信，我们在做的事情很有意义，恰逢其时，我们可以一起做这件事情。

星星之火，假以时日便可燎原。我们一直在行动，用公益的力量，为祖国的花朵撑起保护伞，守护孩子们美好童年。

主编 王剑平

(容桂街道心声热线援助会 华侨中学)



前言

本书是佛山市顺德区容桂街道心声热线援助会在佛山市顺德区妇女联合会“3861”创投项目的研究成果，是由容桂街道专职心理老师结合多方面资源编写、设计的关于小学生预防性侵、性健康教育及自我保护的教案，并配有课件。课程均经过实践探究，取得较好的教学效果。

儿童是我们国家的未来，近年来，媒体不断报道儿童受到各种的性骚扰、性侵害事件，这些事件无疑对于儿童是极大的伤害，它们警醒我们，教会学生正确认识性，让学生学会自我保护尤为重要。性教育的辐射范围较为广泛，除了最为直接的对两性的讲解之外，还涉及身体接触、发育导致的身体变化、同伴关系的处理、亲密关系的理解、家庭关系的影响、对责任的认识、网络的影响、自我保护等多方面的教育，这些主题都或多或少影响着学生对性的认识。

本书的课程结合了小学各年级学生的生理、心理特点和需求，对小学各年级设计了相应的系列课程，通过讲授法、演示法、讨论法、体验法、游戏法、角色扮演等多感官的教学设计，使课堂生动有趣，学生在放松的情景中对性健康教育的内容进行自主、合作和探究学习，通过课后作业的反馈可发现学生学习效果较好。

希望本书对于各小学开展性健康教育，尤其是学生在性方面的自我保护起到参考作用，对预防儿童受到性骚扰及性侵害起到一定作用。

本书的出版得到了社会各界的鼎力支持，包括佛山市顺德区妇女联合会的资金支持、佛山市顺德区容桂街道妇女联合会的资金和人力支持、佛山市顺德区容桂街



道教育局的支持，佛山市顺德区容桂小学、上佳市小学、容里小学、容山小学、瑞英小学、南环小学、城西小学、幸福陈占梅小学等学校的推广应用。本课程还获得顺德区社会服务联合会研讨支持，还得到广州党校葛彬教授的指导支持。

编者

2017年3月



目 录

前言	1
1. 一年级	1
1.1 导语	1
1.2 认识我们的身体	1
1.3 不轻信陌生人	5
1.4 不做沉默的小绵羊	8
1.5 我爱我家	11
1.6 正确对待同伴的影响	14
2. 二年级	19
2.1 导语	19
2.2 我从哪儿来	19
2.3 狼来了我不怕	23
2.4 了解同伴，友好交往	26
2.5 性别平等，尊重彼此	28
2.6 保护“这里”靠自己	30



3. 三年级	34
3.1 导语	34
3.2 我的身体我做主	34
3.3 男孩女孩不一样	38
3.4 同伴碰碰车	41
3.5 你了解婚姻吗?	45
3.6 学会自我保护	48
4. 四年级	52
4.1 导语	52
4.2 做保护身体的好主人	52
4.3 我是我家小主人	55
4.4 对性骚扰说“不”	58
4.5 良好沟通我能行	61
4.6 了解儿童权利	64



5. 五年级	68
5.1 导语	68
5.2 我与青春有个约会	68
5.3 网 ing	72
5.4 撑起青春的自我保护伞	77
5.5 学会寻求帮助	82
5.6 主动沟通, 勇于表达	85
6. 六年级	90
6.1 导语	90
6.2 我们长大了, 怎么办呢? ——话说青春期的“烦恼”	91
6.3 我们长大了, 怎么办呢? ——话说青春期性萌动	94
6.4 我们长大了, 怎么办呢? ——勇敢保护自己	99
6.5 我们长大了, 怎么办呢? ——学会与异性交往	102
6.6 我们长大了, 怎么办呢? ——正确面对父母或家人的争吵	105



1. 一年级



1.1 导语

小学一年级孩子的心理水平还处在“不随意性”和具体形象阶段，心理活动的随意性和目的性虽有所发展，但仍以“不随意性”为主。他们能够在游戏的体验活动中学到知识。他们也正处于喜欢模仿别人的时期，他们喜欢模仿别人的行为或者习惯。但是他们的心智还很不成熟，不能明辨是非，不懂分辨对错，所以他们不知道自己受到别人的影响是否对自己的成长有益，感觉有趣就去学，觉得没意思就不想坚持，一切都随着自己的喜好。

他们对自己的身体虽然感兴趣，但还没开始有目的性的了解与探索。



1.2 认识我们的身体

📖 教学目标：

1. 通过课堂活动，培养学生对身体各部位的探究兴趣，使学生乐于参与探究活动。



2. 使学生了解、认识身体各个部位的名称及位置。

3. 通过生活体验，使学生认识到身体各个部位的重要性，了解身体各个部位的作用。

4. 促使学生养成良好的个人卫生习惯，知道保护身体各个部位以及隐私部位的方法。

☞ **设计理念：**《认识我们的身体》的教学设计遵循儿童生活的规律，以儿童的现实生活为主要源泉，以儿童已有的生活经验为基础，以密切联系儿童生活的主题活动或游戏为载体，正确引导儿童在生活中发展，在发展中生活，并形成积极、健康、向上的生活态度。

☞ **设计思路：**《认识我们的身体》从“认识身体的各部位名称”、“了解身体各部位的作用”、“保护身体各部位”三方面展开教学活动。

☞ **教学准备：**制作课件、游戏道具、《身体音阶歌》的音乐。

☞ **课时建议：**1课时

☞ **教学过程：**

一、播放《身体音阶歌》音乐，让孩子们跟着视频做动作，以此形成课堂气氛，导入新课

师：孩子们，刚才视频里让我们拍到身体的哪些部位呢？

孩子回答（省略）。

师：除了这些，我们的身体还包括很多部分，接下来老师让大家根据一些谜语猜猜我们身体的另一些部位。

二、根据课件出示的谜语，孩子们猜谜语

全部谜语都被答对后，教师谈话提问：小朋友们齐心协力把所有的谜语都猜出