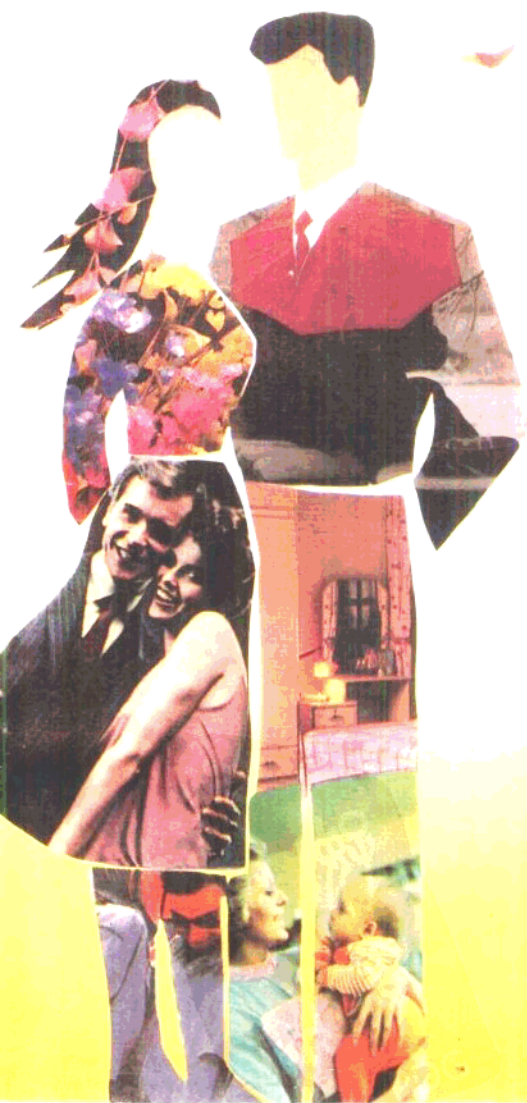


· 家庭科学系列丛书 ·

让性科学走进家庭

陈一筠 编著

红旗出版社



· 家庭科学系列丛书 ·

让性科学走进家庭

陈一筠 编著

红旗出版社

1168/28 57

(京)新登字 108 号

· 家庭科学系列丛书 ·
让性科学走进家庭

编 著 者 陈一筠

责任编辑 李 凡 封面设计 井 丁

红旗出版社出版、发行

(北京沙滩北街 2 号)

全国新华书店经销

河北迁安县印刷厂印刷

787×1092 32 开 7.75 印张 170 千字

1994 年 1 月北京第一版 1994 年 2 月北京第一次印刷

印 数 0—20000 册

ISBN 7-80068-711-2/Z·219

定 价 5.30 元



可以说,我国社会自实行改革开放的80年代以来,“谈性色变”的局面已逐渐被现代生活文明进步的潮流冲破了。至少在城市中,人们对“性科学”、“性教育”、“性行为”之类的名词已不那么讳莫如深;书刊市场上出现了许许多多谈论性问题、传播性信息的读物。

不过,我们的社会毕竟封闭的时间太久,性科学作为一个新的知识门类,在我国民众中远未普及开来;而这门科学对于每个现代人的生活来说又是那样不可缺少,因而传播性科学知识的任务仍很迫切。我在近几年的婚姻家庭咨询实践中,也了解到众多男男女女在性方面的

困惑，其中不乏因不懂得基本常识而在人生旅途上付出沉重代价的事例。这使我深感性教育之刻不容缓。

一提“性教育”，人们往往认为那是老师和孩子们的事；然而，在那些已做夫妻、已为人父母的男女中间，“性盲”何其多！据调查，城市中80%以上的夫妻从不相互讨论性的问题；95%以上的父母从不与孩子谈性。究其原因，除了“保守”、“害羞”等心理因素外，主要是缺少这方面的知识。

目前市场上所能见到的关于“性”的读物，大致有两类。一类是专家学者们的著作，其中以性生理、性医学、性障碍、性疾病及计划生育等方面的内容为多，广大普通读者少有阅读；偶有普及性教育的读物问世，却又因发行渠道不畅通，一般读者很难得到。另一类则是五花八门的“故事新编”，缺少科学内容，使人读了不得要领；更不用说那些专门传播扭曲的、低级庸俗的甚至伴以暴力凶杀的性行为，给人们，尤其是青少年带来毒害的荒诞淫秽之作了。

在这几年的咨询工作中，我感到迫切需要一本更浅显易懂、适于放在普通读者家里的书桌上，老少三代都可以读的性科学普及读物。所以，我在计划编写这套家庭科学丛书时，也将此书列入了计划之中。我本人也是一名初学者，是在近几年的咨询和讲课之中才涉及性科学领域的。我一边学习，一边传播，有针对性地传授国内外性科学专家们的经验与成果，然后再征求当事者和广大听众的意见，不断修改我的讲稿和咨询解答。这本小册子，基本上是根据我的读书笔记和讲稿写成的。主要参考书有：美国性教育专家L·布朗主编《性教育文选》（英文版）、性咨询专家M·S·卡尔德伦著《家庭性知识手册》，前苏联性学家H·C·科恩著《甜蜜的禁果》（俄文版）、H·Φ·运达著《性生活与人的健康》（俄文版），以

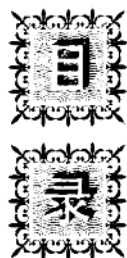
及我国著名性医学专家马晓年教授等主编的《女性学咨询》、《男性学咨询》等著作。

由于我不是性学方面的专家，免为其难地编写出来的这本读物，难免缺点甚至谬误。我将此书作为普及读本和家庭中性教育的初级教材提供给广大读者，希望继续得到读者和专家们的批评意见，以便修改。

中国社会工作者协会京伦家庭科学中心主任

陈一筠

1993年7月



作者的话 (V)

第一章 我们都是有性的人

——认识人的性发育过程

..... (1)

性的发育过程 (2)

儿童社会化与性别教育 (3)

进入青春期 (6)

第二章 人的性反应系统 (9)

性反应周期 (11)

儿童早期的性表现与性成长 (14)

学习性的技巧 (25)

性反应中的特殊问题 (27)

亲昵关系与性 (29)

第三章 生命的孕育和诞生

——关于人的生殖系统	(31)
生殖系统	(32)
月经	(39)
青春期与性	(40)
性交	(43)
妊娠	(44)
胎儿的历程	(46)
分娩	(49)
新生儿	(50)
女性更年期	(55)
关于遗传	(57)

第四章 家庭计划

(60)

维护人的健康是家庭计划的目的	(61)
夫妻的抉择与行动	(63)
控制生育——避孕与人工流产	(65)
关于男女不育症	(77)
人工授精与试管婴儿	(81)

第五章 性与人生

(83)

出生之前的性发育过程	(84)
出生之后的性发育过程	(85)
父母对孩子性别化的影响	(85)
什么是“正常”的性表现?	(87)
关于同性恋	(89)

	老年与性	(92)
	离异、丧偶者需要“情感支持”	(94)
第六章	婚姻与性	(97)
	婚姻不是性的天堂	(97)
	性在婚姻中的位置	(99)
	夫妻性生活的动态	(100)
	破除“性技巧”的神话	(102)
	夫妻“做爱”与性高潮	(104)
	性生活与夫妻平等	(106)
第七章	家庭及其在个人性发育 中的作用	(109)
	做父母的责任	(111)
	父母与子女之间的性信息传递	(113)
	青春期子女性发育的内涵	(116)
	家庭中的性教化	(118)
	青春期性行为与道德问题	(124)
第八章	特殊人群的性问题	(128)
	残疾人与性	(129)
	老年人的性	(131)
	关于老年人的性咨询、性治疗 与性保健	(134)
第九章	性与性问题	(137)
	性问题是怎样造成的?	(137)

与法律有关的个人性问题	(144)
与法律无关的个人性问题	(163)
第十章 性传播疾病.....	(167)
性病的种类及其治疗	(168)
生命的超级杀手——艾滋病	(173)
第十一章 性教育	(182)
性教育与家庭	(183)
为什么需要家庭之外的性教育?	(187)
性教育的基本内容	(189)
学校里的性教育	(196)
对性教育者的要求	(199)
第十二章 婚姻与家庭生活中的 性咨询问答	(202)
关于性器官发育异常	(203)
关于青春期的性问题	(205)
关于婚前性行为	(211)
关于夫妻性生活	(217)
关于中老年人的性生活	(227)

第一章

我们都是有性的人

——认识人的性发育过程

我们知道，人的身体和头脑是与生俱来的头等重要的东西，人的性潜能呢，同样也是与生俱来的。人之所以生来就带着“性”的天赋，当然首先是为了能够繁衍后代。但无可置疑的是，如果人类根本不愿享受性的快乐，那么繁衍后代的可能性也将大大减少。所以说，性的生殖功能和娱乐功能是同时存在的，缺一不可。

从科学意义上说，“性”的含义很丰满。它既意味着性别、性欲、性器官的活动，又指男女各自的性思维、性经历、对性知识的学习及习得的观念，性价值观、性想像力，可说是人的一整套性文化。总之，性既包含身体生理的层面，又包含精神文化的层面，既指性意识，又指性行为和性关系。其中，身

体的接触，生殖器的性活动，只是人类性表现的很小部分。

可是，在我们过去的封闭时代，由于性科学的不发达，人们对“性”的理解是很狭隘的。一提“性”，人们通常就会想到男女的“床上事”；而且，真正夫妻的性生活，人们却又羞于谈论。于是，“性”作为床上事的狭隘意义，也仅剩下其“邪恶”或“不轨”的方面了，人们以道貌岸然的态度去贬斥，使“性”这个词语总是笼罩着某种耻辱的阴影。这就是“谈性色变”的原因，也是性神秘、性压抑、性禁忌长期不得消除的原因。此外，社会中日趋蔓延的性疾病和性犯罪，也在某种程度上与性神秘和性愚昧有关。因此，从科学上了解人自身的性是怎么回事。全面认识性的一整套文化价值，就成为现代人的一种需求和权利了。

性的发育过程

孩子在成长过程中总是在学习自身感兴趣的某些最重要的东西。他们通过观察、教导、经历和体会去知晓社会希望男孩和女孩各自成为怎样的人，希望男女做哪些不同的事。我们可以称之为男女成长和发育的“性别化”过程。这一过程就像获得知识、开发智力或精神发展过程一样，始于诞生之时，贯穿于生命始终。这是一个动态的过程，从无停顿，从无终止，从无持久的平衡。性的发育过程也是认识自我的一个重要组成部分。

纵观历史，大多数社会都有一套规范男孩和女孩的品行和相互关系的模式。在这样的社会中，每个儿童都被告知在什么时候学什么东西，因而他们在成长过程中就总是清楚地知道社会周围的人期望他们作为一个男孩或女孩在每个阶段

应是什么样子。如今，无论是东方或西方，许多社会仍旧保持着数千年遗留下来的性别角色模式。

应当将这种“性别化”过程与男女“生殖能力”的发展过程相区别。“生殖能力”一词仅仅是指女性身体生理成熟了，能够怀孕了，男性身体生理成熟了，能够使女性怀孕了，即男女都进入了“青春期”。但是，青春期并不意味着男孩或女孩在身体、智力和性能力方面全面成熟，成了真正的男子汉或真正的妇女。必须指出的是，女孩实际上可能在尚未达到充分的性发育时，甚至在未来月经之前就怀孕；而男孩就不同了，男孩如果不能射精，他就不能使女孩怀孕，而且男孩的射精是伴随着性感受而发生的。

性发育是循序渐进的，要经历许多年，从胎儿开始，经过青春期，以及其后的漫长岁月。这一成熟过程的许多内容，与家庭成员之间的相互影响大有关系。要使孩子的这一漫长发育过程获得理性、智慧和安全的保障，就需要父母和子女共同参与学习，彼此之间有良好的沟通，共同探讨问题。家人围桌用餐时、节假日休息时、外出旅游时，都可以讨论性的问题。来自家庭的性教育是最重要的性教育。实际上，家庭是性教育的第一课堂，家长是孩子的第一个性教育者。孩子从6个月开始直到17岁，都可能主要在家庭中，在家长的帮助下获取性知识。家庭在性教育方面投入的时间和精力可能是最有成效的。

儿童社会化与性别教育

每个人的性发育都是从精卵结合的瞬间开始的。当精子和卵子结合时，未来的婴儿性别就由精子所携带的性染色体

种类而决定了。精子的性染色体有两种，一种是X，一种是Y；而卵子的性染色体则永远是X。带有Y染色体的精子与卵子结合（X+Y）即为男性，带有X染色体的精子与卵子结合（X+X）即为女性。这是因为X+Y的受精卵和X+X的受精卵在发育过程中分泌的激素成分不同所致。性染色体的主要功能，是赋予男女不同的生殖器官特征，使其生殖器官的标识与其性别相一致。在受精卵的细胞裂变中，产生一组特殊的细胞，其任务是通过制造雄性或雌性激素即荷尔蒙来控制男女的生命特征。

男女生殖器官的功用之一便是生儿育女。现代医学对此作了彻底的研究并形成了专门的学科，如妇科学、产科学、泌尿科学。但对生殖器官的另一功能即性感功能进行全面的研究，却是最近半个多世纪的事。在80年代早期，科学家们用超声波等最新技术进行研究后发现，男人的阴茎有周期性勃起现象，通常是90分钟一次。后来通过睡眠实验室的一些研究也同样发现，一个正常健康的成年男子的阴茎勃起大约也是90分钟一个周期。

我们把人的性反应能力称为性反应系统。随着社会的变化，许多孩子和年轻人都不再受到成年人的严格控制了，因此他们就需要对人的性反应系统有更多的了解。继续否认人们正常的性意识和性活动显然是有害的。实际上，女性的性能力伴随着生命的始终，生儿育女不过是其中的特殊段落；男性的性能力也是一生都存在的，其生育能力不像女性那样有明显的终止期。

一个人刚降生到世界上来，就被称做“男孩”或“女孩”，接着便是观察他（她）的身体形态和器官是否“健全”。如果一个婴儿的性别身份被颠倒，那么日后就会出现许多心

理问题，这些问题可能很难改变，甚至无法改变。性别身份被弄错的情况可能偶尔发生在婴儿出生时的生殖器官发育不明显，看起来既像男又像女。

在孩子出生后的头两年，父母和其他人常常对孩子的性别给予许多提示。例如给女孩穿粉红色的衣服，给男孩穿蓝色的衣服；把男孩子赞为“太胖小子”，把女孩称做“小毛丫头”。许多研究都证明，母亲用大不相同的态度和方法对待襁褓中的男女婴儿或开始学步的男女孩子。父母可能给性别不同的婴幼儿买不同的玩具和教他们做不同的游戏，从而使孩子知晓自己的性别身份和角色。当孩子学步时，父母对他们有不同的态度，说不同的话。例如，男孩摔倒了，父母鼓励他自己爬起来，继续往前走，而女孩摔倒时则被抱起来；母亲告诉男孩上厕所时要把马桶盖掀起来，站着小便，而告诉女孩子要坐在马桶上，不能站着小便，如此等等。这样不断提示男孩属于男性，女孩属于女性。就这样，到两岁时，男孩或女孩就能准确无误地道出他（她）们自己的性别身份来，对别人说“我是男孩”或“我是女孩”。

女孩能做什么，不能做什么呢？男孩能做什么，不能做什么呢？——这就涉及到性别角色行为的学习了。这种学习与认知贯穿于整个儿童时代，直到青春期。随着孩子一天天长大，他（她）越来越清楚地意识到什么样的行为才被成年人认为是适合于女孩或男孩的。在我国过去的封建时代，由于男尊女卑的观念和“男主外、女主内”的角色模式占统治地位，男孩子公开对学做饭之类的事表现出轻视与拒绝态度，他理直气壮地宣称“那是女孩子的事！”可是，在新中国建立后的若干年里，妇女参加工作，社会上大张旗鼓宣传男女平等，夫妻共同分担家务，于是就有了男人做饭洗衣的现象，传

统僵化的角色模式从此有了改变。小男孩看见他爸爸做家务，也就不再像上一代的男孩那样轻视“女人的活计”了。我们看到，解放后成长起来的城市男人，大多会干些家务事，并且还可能对做饭、收拾屋子之类的事很感兴趣呢。如今有些城市家庭，丈夫做家务甚至比妻子还多些。这就证明，性别角色模式是后天习得的，是完全可能随着时代的变化而改变的。也就是说，先天的染色体（X+Y 或 X+X）只能决定男女的性别及其不同的生殖器官特征，但并不决定他们对“男子气”或“女人味”的感觉和体验；对自己作为男人或女人的种种认识、感觉或体验，基本上是后天的成长过程中学习而得的，家长及周围人们的观念和态度，对这一学习过程有至关重要的影响。而今天，电视、书刊等大众媒介所传播的男女性别角色形象和行为方式，对学习过程的影响更加难以估量。认识男女角色行为形成的社会与文化因素，消除“生物决定论”的误解，是非常重要的。

进入青春期

青春期，即性成熟期，也是生育能力起始期。青春期并非什么神秘时期，但却是每个人生命中的一个重要阶段。青春期的到来不取决于个人愿望，而取决于自然的生理、心理和环境等客观条件。

通常是在孩子 10 岁以后，身体出现一种突变性的发育，这说明性腺（即女孩子的卵巢和男孩子的睾丸）分泌排放出的性激素（即荷尔蒙）量增加到了足以把男孩变成男子汉、把女孩变为女成人的程度。这些性激素决定了生育能力的成熟和男女身体特征的变化。青春期也是一个明确展示性别身份

和性别取向的时期。少男少女在此时猛然意识到“啊，我是个男子汉了！”或“啊，我变成了一个十足的女人！”有少数人在青春期可能第一次发现自己与异性有性别认同感，或者只能对同性者产生爱慕之感，这就是“性倒错”或同性恋倾向的开始，值得父母和周围人关注。

对毫无准备的女孩或男孩来说，第一次来月经或做梦遗精，可能引起恐惧与羞耻之感，尤其是当他们发现内裤或床单被弄脏，更是感到无所适从或心烦意乱。这时，非常需要父母的宽慰与帮助。一般说来，父母在得知女儿月经初潮或儿子初次做梦遗精时，应当对孩子的青春期到来表示祝贺，让他们感到自然、喜悦和自豪，避免不必要的心理负担。有位母亲，发现11岁的儿子已有手淫和遗精现象时，把脸一沉，训斥道：“真不要脸！这么小小的年纪就想那种事了？”弄得儿子惶恐不安，精神紧张，做梦遗精的现象更频繁了，终于导致了心理上的异常，母亲悔之晚矣。如果父母平素能够与孩子之间建立充分的信任和坦诚的关系，那么孩子的青春期就恰恰是家长实施性教育的最佳时机。父母通过与孩子之间讨论性的问题，促使孩子去创造自己的新生活，去确立有秩序、有理性和讲道德的生活方式。然而遗憾的是，太多的父母害怕向孩子谈及性的问题，对孩子的提问、困顿和“奇怪”的表现或训斥警告，或装聋作哑，以为这样孩子就会平安无事。其实不然。青春期的孩子若不能与父母更多地沟通，便会与父母疏远；他们若不能从最亲近的人那里去获取亟需的性知识，便可能去求助于歪门邪道。所有的黄色、淫秽、反科学的性信息，都最容易吸引青春期的少男少女。由于缺乏正面的性教育渠道，各种异端邪说必然乘虚而入。近年来，我国城市社会在这方面的消极现象太多了。