

秦云峰 弘 扬 / 主编

这不是秘密——性教育读本

家有儿女初长成

和家长谈中学生性教育



中国
社会
出版
社

初中生 家长 教育 指导

初中生家长教育指导手册

家有儿女初长成

和家长谈中学生性教育

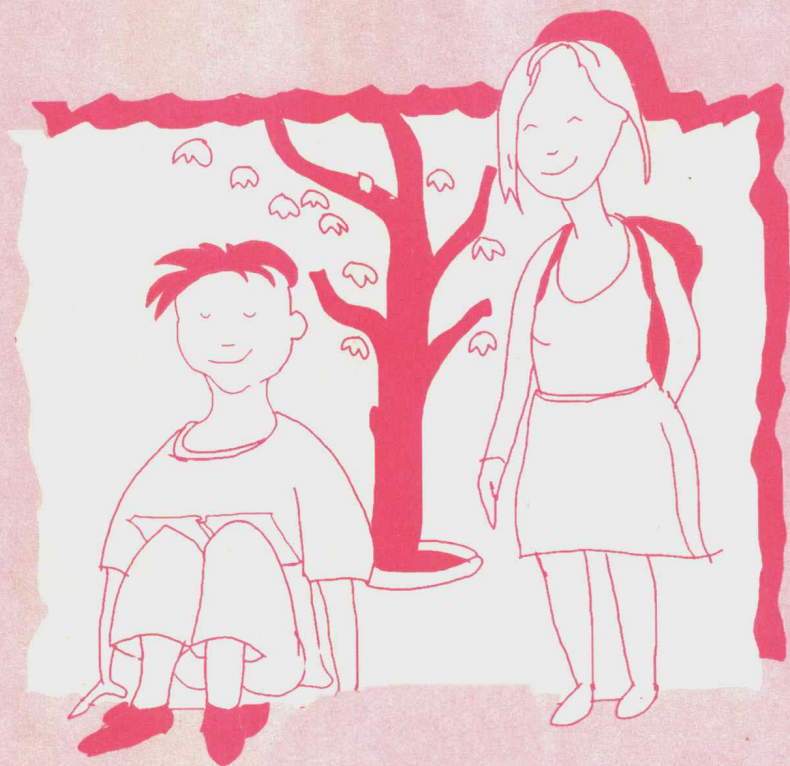


初中生家长教育指导手册

家有儿女初长成

和家长谈中学生性教育

主 编 秦云峰 弘 杨



中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

家有儿女初长成——和家长谈中学生性教育/秦云峰主编. 北京: 中国社会出版社, 1999.1

(这不是秘密——性教育读本)

ISBN 7-80146-165-7

I. 家… II. 秦… III. ①中学生-性教育-问答 ②青春期-生理卫生-问答 IV. G479-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 36497 号

丛 书 名: 这不是秘密——性教育读本

书 名: 家有儿女初长成——和家长谈中学生性教育

主 编: 秦云峰 弘 扬

责任编辑: 林晓靖

责任印制: 侯继刚

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话: 66051713, 电传: 66030951

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 河北大厂印刷有限公司

开本印张: 8.75

字 数: 181 千字

版 次: 1999 年 1 月第一版

印 次: 1999 年 1 月第一次印刷

印 数: 1-10000 册

书 号: ISBN 7-80146-165-7/C·78

定 价: 10.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

前 言

“家有儿女初长成”，每一个家长看到自己的孩子从小学升上初中，以致进入高中学习，逐渐长大，成了棒小伙和俏姑娘，无不欣喜万分、疼爱有加。

处在人生花季的中学生正是长知识、长身体的最佳时机，“女(儿)大十八变”，由于进入青春期后一系列性生理、性心理的变化，使他们面对自己的种种性问题感到困惑。对他们的性教育单靠学校仅有的几节生理卫生课显然是远远不够的。

据首都师范大学生物系刘晓晴等人对北京市五所重点中学449名中学生进行的青春期发育、性心理健康情况调查表明：

在“目前最烦恼的事”一项中，有81%的高一学生和50%的高二学生认为是由于第二性征发育引起的困惑。那么性生理发育中遇到的困惑由谁帮她们解决呢？男女生有着不同的回答，男生只有9.4%依靠父母，而39.6%的女生依靠父母；48.3%的男生和24.5%的女生利用医学书刊的帮助；7.6%的是同学间互相帮助，尚有20%左右的学生从未得到解决。在这个年龄阶段，他们渴望交异性朋友。21.4%的男生和10.8%的女生认为目前最烦恼的事是没有异性朋友。在高一有24.5%的男生，19.4%的女生，在高二有26%的男生和27%的女生回答没有亲密的异性朋友，而解决他们异性交友出现的困惑最合适的人选，60%左右认为是知心朋友，23.5%的认为由心理医生来解决最合适。他们心中的秘密一般愿意对朋友说(占30.3%)，而对父、母、老师很少诉说(分别占2.3%、5.1%、1.3%)。

以上调查结果说明，对中学生的性教育中父母的作用大有

潜力可挖,无论是孩子性生理的发育,还是性心理的迷惘,家长都应从孩子日常生活的细微之表现处发现蛛丝马迹,及时地用适当的方式,如讨论、暗示、写信、谈话、提供有关性问题的书刊的形式,向儿女灌输有关性知识和性观念。在这方面家长应力求作孩子的朋友,和他们平等相待,共同讨论,而不是颐指气使,动辄训斥和简单敷衍。

家长要对孩子进行性教育,自己首先要对性科学有个大概的了解,身教重于言教,要给别人一碗水,自己要有一桶水。作为在过去特殊年代里成长起来的一代人,想当年自己在上中学的时候,性教育是一片空白,社会上所接受的性观念还是相对比较封闭和保守,尽管这几年受性文化大环境的影响,在接受性的知识和科学方面比以前大有改观,但有些内容还是似懂非懂,或一知半解,不甚了了。因此,很想有一本性教育的参考书,编者在电台业余主持性教育节目的时候,一些听众也表示希望能把这方面的内容编辑出版成书。有鉴于此,编者下决心在看病之余,编写这本小册子。

本书在编写过程中参考了相当多的前辈和性科学工作者的大量研究成果和著述,编者在此向他们表示由衷的感谢和诚挚的敬意。对中国社会出版社的有关领导和编辑大力支持惠及青少年的性教育著作的出版的魄力和工作效率表示敬佩,使难得一见的、对中学生家长进行性教育的出版物中露出一个新面孔,如能对性教育起到相应的推动作用,对青少年的身心健康成长起到一定的促进作用,则是编者最大的心愿。在成书过程中,朋友李昌龙作了大量细微繁杂的校对工作,在此一并致谢。

编者

1997年5月

丛书编写说明

古有“不为良相，宁为良医”之说。良相治国，良医治病，都要作“人”的工作。古之良医，上疗君亲之疾，下救贫贱之厄，中以保身长全。然今之良医，任重道远，既要治病，又要育人。作为长期从事医学的医生，多年临床实践，使编者深深感到，仅仅在门诊的一方小诊室里，解决有限病员的性问题，是远远不够的，医生也应是社会工作者和性科普教育者，以使更多的人因教受益。

世界上科学的发展日新月异，人们生活方式的变化、物质享受的内容真是前人所无法想象。但是，不管其它科学发展到什么地步，然而，从来没有哪门科学能像性科学那样与人的一生密切相关。从人类诞生到今，以至到不可测知遥远的未来；从呱呱坠地赤条条来到人世，很快由稚童幼儿进入到躁动着的青春期，从经历热恋、新婚、怀孕、分娩、哺乳的青壮年，到鬓发斑白，相伴走进“黄昏”的老人，都与性结下不解之缘。

性与生俱在，性与身相伴，性与情爱相融，性与快乐同在。可有时性功能障碍使你烦恼；性器官疾病叫你无奈；得了性病令你悲哀。多少英雄难过“美人关”，多少人栽在“黄”毒下，又有多少夫妻围绕性演出离合悲欢的婚姻闹剧……凡此种种，都离不开一个“性”字，那么人类自身又怎能不去认真思索、探求、学习、实践性科学呢？

编者深感当今社会在性问题方面存在的两难尴尬境地的解决是多么地艰难：一方面社会上各种性问题层出不穷，黄毒泛滥，色情出版物屡禁不止，卖淫嫖娼侵入到城乡各个角落，早恋早婚成了一股暗流，婚前性行为不以为耻，婚外情人成了爱情的补偿方式，计划外怀孕生育增加国家的负担，性病、艾滋病的感染数以惊人的速度上升，因夫妻性生活不和谐而导致离异的比例越来越高；另一方面正面的性科学的宣传举步维艰，许多中学的青春期性教育流于形式，好多地方“试点”多年，却迟迟无法推广、大学的性教育也是“待开垦的处女地”，家庭的性教育几乎一片空白，因为家长本人就是“性盲”，新闻媒介宣传上犹抱琵琶半遮面，广度和深度都不能尽如人意。性禁锢、性神秘的思潮至今影响仍在。

有感于此，编者在中国社会出版社的大力支持下，组织同道决定编写一套「这不是秘密——性教育读本」。针对不同的年龄和层次，分别写成八本书：《幼儿稚童有性吗——和家長談兒童性教育》、《家有儿女初长成——和家長談中學生性教育》、《大學生性問題 200 問》、《老尚風流是壽征——與中老年朋友談性》、《男女性知識揭秘 200 問》、《男女性功能障礙和性器官疾病 200 問》、《避孕助育、优生分娩 300 問》、《殘疾人的性問題和性康復》。这里要说明的是丛书尽管分成八册，但由于读者阅读购书各有侧重，故有部分内容互有重复借鉴；其次，编写体例采用问答式，一事一议，有长有短，内容尽量通俗易懂，易学易用，同时适当照顾教学、医学工作者专业需要。另外，本书集体编写过程中参考了部分学者的研究成果和著述，请恕不再一一罗列著者和出处，在此一并向原作者表示诚挚的谢忱和敬意。本丛书由主编、副主编和各位编委共同协

商，分头撰写，最后合成，因此是团结协作的成果。该套丛书的出版如能对大众的性教育工作有所裨益，则是编者最大的心愿。

编 者

1999 年元旦

丛书编委会名单

主 编 秦云峰 弘 扬

副主编 薛加强

编 委 (按姓氏笔画为序)

王 莉 李 智 李大林 李克明 李修安

陈 伟 陈淑波 祝 坦 赵修敬 奚 嘉

阎洪琪 魏嘉毅

这不是秘密

性教育读本

目 录

一、性教育篇

1 对中学生的性教育势在必行	第001页
2 中学生性教育的内容、原则和方法	第004页
3 为中学生创造良好的家庭性教育氛围	第006页
4 国内外性教育历史与现状	第010页
5 为什么父母必先接受性教育	第022页
6 中学生渴望了解性知识应该吗	第025页
7 性的含义是什么	第028页
8 性别的含义及其形成	第034页
9 性角色是什么意思	第039页
10 性行为是否单指性交	第042页
11 什么叫性文化和黄色色情文化	第043页
12 性科学包含哪些学科内容	第047页

二、性生理篇

13 男性性器的解剖结构如何? 各有何作用	第048页
14 女性性器的解剖结构如何? 各有何作用	第052页
15 女性乳房有哪些功能	第060页
16 从受精到胎儿形成其奥秘如何	第062页
17 第二性征有哪些表现	第070页

18 青春期的性生理有哪些变化	第071页
19 让青少年有合理的营养和饮食	第074页
20 遗精——男孩成人的标志	第081页
21 儿子担心阴茎太小有没有道理	第085页
22 男孩为什么夜间阴茎也能勃起	第087页
23 两侧睾丸为何会一高一低,一大一小	第089页
24 孩子的身高成长和影响发育的因素	第091页
25 男孩是否也要每天“用水”	第094页
26 女儿为啥无阴毛	第095页
27 女孩的乳房发育与保健	第096页
28 少女使用乳罩的学问	第101页
29 月经初潮——家有女儿初长成	第102页
30 月经期间应注意哪些保健措施	第105页
31 女孩月经周期为何前后长短不一	第108页
32 少女经期切莫用嗓过度	第109页

三、性心理篇

33 中学生的性心理特征——性意识觉醒	第111页
34 请善待女孩的“牛犊恋”	第112页
35 怎样看待女孩和异性交往的问题	第113页
36 漫话少男少女的初恋	第119页
37 怎样认识青少年的性幻想	第128页
38 中学生为什么容易发生手淫	第130页
39 怎么看待女孩子手淫	第135页
40 戒除手淫有什么好办法	第138页
41 怎样对待孩子的性冲动	第141页

42 「丑小鸭」何必自卑	第146页
43 “娘娘腔”、“假小子”和父母的责任	第151页
44 让孩子别说脏话	第157页
45 孩子大了,父母不能和他们过分亲昵	第160页
46 告诉孩子慎重对待“初吻”	第163页
47 请尊重孩子的隐私——别偷看孩子的日记	第165页
48 家庭社会环境和同性恋的形成与预防	第169页
49 碰到“露阴癖”者怎么办	第175页
50 父母应向孩子灌输正确的性观念	第177页

四、性医学篇

51 肥胖会不会影响男孩的性发育	第181页
52 年纪轻轻怎么也会“少白头”	第183页
53 病态遗精与正常遗精有什么不同	第184页
54 怎样预防和减少遗精	第186页
55 患流行性腮腺炎会影响生育吗	第187页
56 隐囊有什么表现? 有什么危害	第188页
57 包皮过长和包茎有什么区别? 怎么处理	第190页
58 男孩乳房为什么也会出现肿块	第193页
59 怎样判断性方面的晚发育	第194页
60 女中学生请别忌讳进妇科	第196页
61 女孩乳房发育会出现哪些异常	第198页
62 少女痛经是怎么形成的? 怎样处理	第200页
63 经前期乳房胀痛有办法消除吗	第202页
64 什么叫经前期紧张综合症	第203页
65 女孩也会出现闭经吗	第205页

66 女孩白带多的原因有哪些	第206页
67 女孩身上多毛有哪些原因	第208页
68 话说“青春美丽痘”并不美丽	第211页
69 何必为雀斑而烦恼	第213页
70 少女何来“妊娠纹”	第215页
71 女性盲目节食影响月经周期和性发育	第216页
72 「姑娘病」婚后可自愈吗	第217页
73 女儿阴痒要帮助寻找原因	第218页
74 制止女儿束腰的不良习惯	第221页
75 常见的性病有哪几种	第224页
76 青少年没有性行为也要注意预防性病	第230页
77 把艾滋病的常识告诉孩子们	第232页

五、性道德篇

78 中学生应具备的性道德应包含哪些内容	第236页
79 女孩如何提防性骚扰	第242页
80 漫话处女膜与贞操	第245页
81 告诉女儿谨防失身	第250页
82 女孩失身以后怎么办	第255页
83 怎样对待失身的女孩	第257页
84 少女未婚先孕的种种流弊	第259页
85 青少年性罪错的原因分析和预防	第262页
86 我国有关性的法规	第267页

一、性教育篇

1. 对中学生的性教育势在必行

最近,看到一则十分触目惊心的报道:湖南省芷江县土桥中学学生毛小湖,因暗暗恋上班主任老师,最后因爱生恨,发誓“来世也要成夫妻”,于1995年9月17日下午将已身怀六甲的老师连刺12梭标,一位充满爱心的老师惨死在自己的学生手下。看到这篇报道,不少人都为之震惊、疑惑和愤慨。

其实,人们不难发现,这两年青少年犯罪率在明显上升。例如,有人对2071名性犯罪分子的调查显示,其中20岁以下的青少年竟占89.3%,女性大多数是14~15岁,男性大多数是15~16岁。不少研究表明,导致这一状况的一个重要原因就是孩子们的“性无知”。由于人们生活水平的普遍提高,和性文化氛围的日益熏陶,青春期提前已成为全球性的共同趋势。

据调查,我国女孩月经初潮最小年龄不到10岁,男孩首次遗精的最小年龄不到11岁。青春期的提前发育、使少男少女的性意识也有所提前觉醒,从十二三岁起便开始向往眷恋异性,直到有性要求。但由于年龄的限制,其心理发育尚很幼稚,大大落后于生理上的“性早熟”。由于对异性的向往和眷恋,以及性欲的冲动,均不能通过自身的心理活动加以调适,不能自制强烈的性冲动,同时亦未为父母、师长所重视,结果很容易因毫无顾忌

地去寻求性满足而导致犯罪。尽管这种青少年性犯罪人数不多,但影响极坏。

现实生活中大量的更是中学生因性而产生心理冲突和精神负担。少男少女由于受传统道德观念的影响而产生性罪错心理,或因生理心理需求与社会道德准则而引发心理冲突,或因性知识缺乏而感到迷茫和困惑,所引起的心理障碍对身心健康起着巨大的消极影响。如一名17岁的男中学生,因为有几处遗精以为自己得了什么“肾亏”的大病,惶惶不可终日,担心自己将来影响婚育,以致寝食不安,成绩一落千丈。父母老师找他谈话,问他最近有什么精神负担,他也羞以启齿,不敢直言。一名高一男生喜欢他的同桌,但又不敢表露,经常偷偷地用眼睛瞟她,一日他又偷看她时,他发现不少同学在笑,便以为同学们发现了他心中的秘密,从此不再敢抬头看人,最后竟发展到不敢出门见人;一名女中学生被辅导老师摸了一下乳房后,竟担心自己怀了孕,坐立不安,甚至企图自杀……。这样的例子,也许在每一个中学(专)里,都能或多或少碰到。可以说对性问题的困惑,是每一个学生迟早都会碰到的。有调查表明,约有40%以上的中学生有不同程度的心理障碍,其中多数与性有关。可这样的现状,我们的家长知道吗?笔者数次参加过孩子学校的家长会,可中学的老师总是强调学生的学习,成绩、方法、纪律,几乎从不向家长介绍这方面的存在问题,也从不提及如何重视中学生的性教育。

广大农村中学生十分缺乏生理发育,异性交往及计划生育知识,已有接吻、爱抚和性交者的比率高于城市中学生;有近1/3的人已经有及曾经有较亲密的异性朋友;在两性关系态度上呈“羞于开口,勇于去做”的特点,对婚前性行为后果毫无认识,以

致以后早婚和违反计划生育政策规定的人也不少。

青少年性知识缺乏及由此给少男少女的成长所带来的负影响,早已引起了有关专家的重视,并提出要对青少年进行性教育的主张,国内不少地方亦进行了这方面的“试点”。但试验的结果并未象专家所预料的那样顺利,不少人担心,包括一些家长认为,如果告诉孩子更多的性知识,在消除性神秘的同时,弄不好会带来负性刺激,加剧孩子对性的好奇心;甚至有人认为,这种刺激不会逊色于“黄色品”的魔力而加以抵制。

为什么专家认为需要,而在性教育的实践中又阻力重重呢?这其中的原因,是多方面的。首先是我国几千年的旧的传统观念的影响,忌讳谈性,认为性是可行不可言,还认为性既然是本能,就不用教,古人不照样生儿育女吗?而且,当领导的怕学生出事,当老师的本身对有关性知识也不见得比学生多多少,而且,也不知道讲什么?和怎样讲?其次,主要问题出在性教育的方法上。只要你仔细观察一下,就不难发现,过去乃至现在,很多地方的所谓“性教育”大都是挂上几幅生殖器官解剖结构图谱,看几分钟性生理知识录像,这种简单的性教育肯定是不大会令青少年满意的,因为充其量也只能帮助青少年消除部分性神秘感,减轻心理压力,但没有压力、没有约束的性欲望、性冲动,就更易于去寻求满足,以致出现性放纵,也就难免不带来与教育目的相反的结果。所以,对青少年开展性教育,不能只就性教育而进行性教育,而要有相应的内容、原则和方法的要求。即把性知识、性道德意识、性法制观念和理想情操有机地结合起来,四管齐下,同步进行。这样,使广大中学生在懂得性器官解剖结构和功能,知道月经、遗精、手淫、性幻想是怎么回事的同时,还懂得人与人之间,包括两性之间在性方面所要遵循的道德规范,知道