

儿童心理健康手册2

性别问题

Living with Sexuality Issues

[新加坡] Dr Daniel Fung 著
刁琳琳 译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

G479
21
:2

儿童心理健康手册2

性别问题

Living with Sexuality Issues

[新加坡] Dr Daniel Fung 著
刁琳琳 译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

12353 / 107

Copyright © 2004, Marshall Cavendish International (Asia) Pte Ltd
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, or stored in any retrieval system of any nature without the prior written permission of Marshall Cavendish International (Asia) Pte Ltd

本书只在中国境内销售

This edition is published for sale in China only

北京市版权局著作权合同登记号：图字 01 - 2004 - 4462

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童心理健康手册. 2. 性别问题/新加坡 TBI 出版公司编; 北京东方启达翻译中心译. —北京: 中国水利水电出版社, 2004

书名原文: Living with Sexuality Issues

ISBN 7 - 5084 - 2339 - 9

I. 儿 ... II. ①新 ... ②北 ... III. ①少年儿童—心理卫生—健康教育 ②少年儿童—生理卫生 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 095487 号

书 作 译 者 出版 发行	名 者 者 者	儿童心理健康手册 2 性别问题 [新加坡] Dr Daniel Fung 刁琳琳 中国水利水电出版社 (北京市三里河路 6 号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 63202266 (总机)、68331835 (营销中心) 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
经 售	售	
排 印 规 格 版 次 印 数 定 价	版 刷 格 次 数 价	中国水利水电出版社微机排版中心 北京市兴怀印刷厂 787mm×1092mm 24 开本 3.5 印张 73 千字 2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷 0001—5000 册 本书共 10 分册 定价 98.00 元

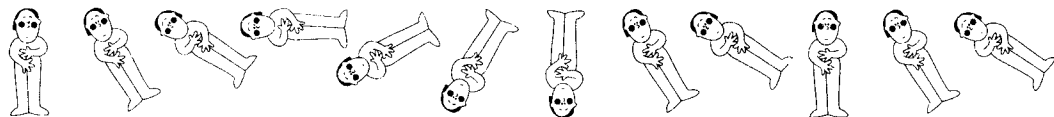
凡购买我社图书, 如有缺页、倒页、脱页的, 本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

内 容 介 绍

“儿童心理健康手册”是专为儿童父母、监护人和教师编写的。全书共分 10 册，涵盖了现在的孩子要面对的生理、心理和智力问题。每分册既精炼又详细地向读者介绍了各种问题产生的原因，具体的征兆与症状以及最新的诊断和治疗方法。本手册同时也就如何引导有问题的孩子和如何寻求帮助，提供了很多有益的建议。

本套手册是由新加坡健康促进部儿童引导中心的心理健康专家撰写的。全书用通俗易懂的知识和委婉流畅的文笔，对在儿童中可能出现的种种心理障碍问题，作了全面、深入的阐述，很有启发作用和教育意义。因此，本书特别适合儿童家长和广大儿童工作者学习使用。



出版者的话

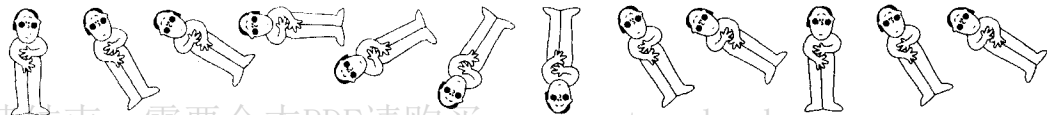
儿童时期是培养人的健康心理的黄金时代，因为各种习惯和行为模式，都是在这时奠定基础的。如果孩子有一个好的开始，将来可使他的品德智力得到健康的发展；如果在此时期忽略了孩子的心理卫生，那么，希望孩子成人后有健全的人格和健康的心理，就比较困难，甚至是不太可能的了。因此父母或看护人应十分重视用正常的心理原则来训练儿童。

中国社会正从贫穷向小康发展，许多家长已经开始意识到，抚育孩子成长的过程不仅仅是满足孩子吃饭、穿衣和上学需求的过程，而是在这些方面已能

够保障的条件下，更应该重视孩子健康心理的培养。

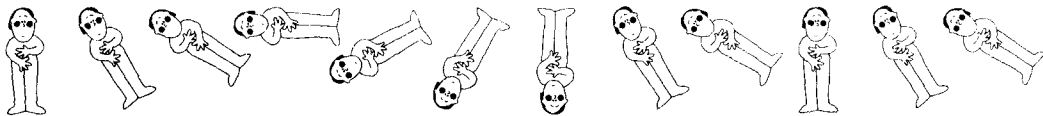
在许多发达国家，已经形成了一整套关于儿童心理健康和成长环境的保障体系。中国的孩子同样面临此类心理问题。例如这几年的硫酸泼熊事件和马家爵事件，还有其他屡见报端的青少年犯罪的报道，都反映了中国教育尚存在缺陷，尤其是忽视孩子的心理健康。现在，人们正逐渐意识到这些问题的存在和严重性。

我们为国内读者引进这套“儿童心理健康手册”，希望它能成为儿童家长、监护人和儿童教育工作者的指导读物。



这套手册包括：

《儿童多动症》	Living with A. D. H. D	如何对待儿童多动症
《自闭症》	Living with Autism	如何对待自闭症
《离婚与破碎家庭》	Living with Divorce & Broken Homes	如何对待离婚与破碎家庭
《悲伤》	Living with Grief	如何对待忧郁症
《智力问题》	Living with Intelligence Issues	如何对待智力问题
《学习困难》	Living with Learning Difficulties	如何对待学习困难
《自我伤害的行为》	Living with Self-harm Behaviors	如何对待自我伤害行为
《性别问题》	Living with Sexuality Issues	如何对待生理问题
《压力》	Living with Stress	如何对待精神压力
《管教问题》	Living with Discipline Issues	如何对待管教问题



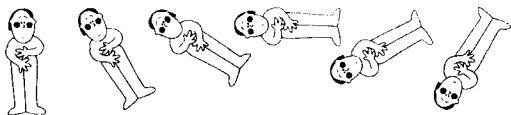
序 言

——次我问妻子，如果孩子们向她问起有关性的问题时，她会如何回答。她不假思索地说：“我会让他们去问爸爸。”这种反应在成年人中再正常不过了：“别问我，去问别人吧。”性常常被看作是难以启齿的话题，对此新加坡也不例外。有一位家长甚至告诉我，谈论性有悖于他所信奉宗教的教义。这一切是否意味着人们从色情杂志和电影中寻找性知识是可以理解的行为呢？

现在有太多的人渴望了解青春期性知识，而且青少年的性犯罪率在不断攀升，这些都促使我完成这本书来解释并探讨与青少年有关的性问题。许多父母带着自己存在性行为问题的孩子来到儿童心理诊所就诊，他们非常担心

自己的孩子将来会发展成为嗜性成癖或性心理不正常的人。因此本书旨在达到两个目的：一是详述儿童进入青春期以及成人后的正常性发育过程；另一个则是帮助父母了解性障碍产生的环境及其原因。本书采用的许多例子都是到儿童心理诊所就诊的儿童和青少年的亲身经历，该诊所是新加坡最大的儿童及青少年健康机构，专门为解决儿童和青少年的情感和行为问题提供服务。为了保护当事人的隐私，我们对例子中儿童和青少年的个人信息进行了改动。

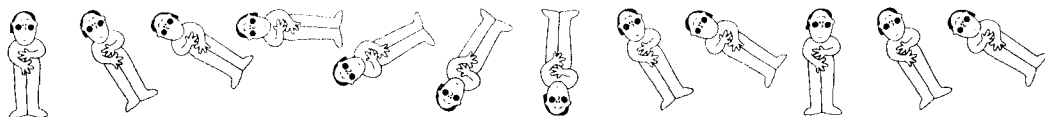
在此特别感谢我的同事——一直从事对性犯罪者和性骚扰受害者研究的 Cai Yiming 博士、Parvathy Pathy 博士以及 Lun Chang Yong 先生，



在他们的无私帮助下这本书才得以顺利完成。
此外还要感谢 Joyce, 我亲爱的妻子, 工作伙伴
兼朋友, 给予我的莫大支持。

Daniel Fung 博士

2003 年 10 月



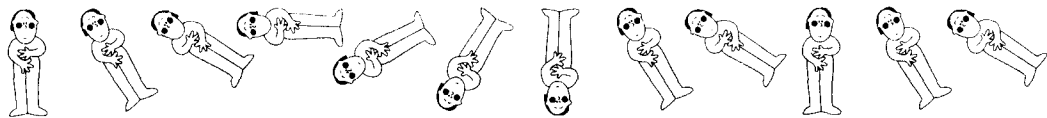
简介

人们对性的定义多种多样。狭义上指与性交有关的一切事物，而广义定义则将性描述为个人身份认同、人际关系和行为的性爱意义。因此，性是一种方式和途径，帮助我们认识自身，以及与自己生命中重要人物的关系。无论是清晨醒来后凝视镜中自己的少女还是午夜场黑暗的电影院中紧紧牵着对方的手的年轻人，我们从他们身上都能看到性的存在。

性并不是肮脏的东西或难于启齿的话题。恰恰相反，它是我们日常生活中不可分割的一部分，如同饮食与睡眠一

样组成人类生存的内容。不过虽然性对于我们来说不可或缺，但它却不能占据年轻人生活的全部。

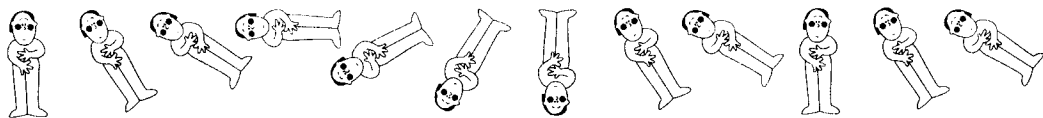
本书第一部分重点介绍了青年人成长过程中所经历的生理、社会及情感变化。第二部分描述了青年人的人际关系，拨开青少年性行为的层层迷雾触及本质。在之后的一部分里，我们关注了儿童性骚扰问题，总结了青少年应对自己正在觉醒的性意识所要掌握的技巧并且介绍了青春期可能出现的不当性行为，如对色情书籍和性行为不正常的迷恋等。最后一部分讲解了性障碍的有关问题以



及区分它和正常的青春期行为变化的方法，我们将集中讨论性别认同障碍，同性恋，易性癖以及性障碍等话题。本书也探讨了性的道德性，但从本质上来说它不是一本社会、宗教或文化方面的指

南手册。

我衷心希望对于那些成长中的儿童和青少年的父母，以及其他需要给孩子提供相关性知识的成年人们，这本书能对他们起到帮助和指导作用。



目 录

序言

简介

青少年与性 /1

人际关系与性 /17

儿童性虐待 /23

分享爱与性的价值观 /29

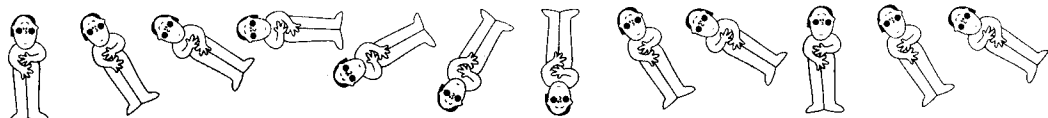
色情资料与性成瘾 /37

性障碍 /41

性问题的咨询机构 /58

补充读物 /61

作者简介 /65



青少年与性

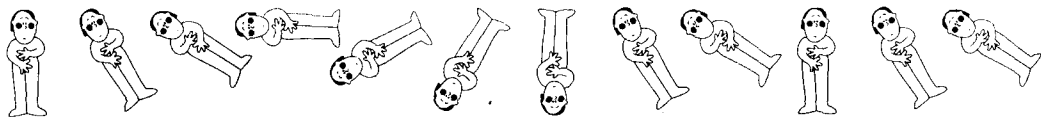
新加坡是一个独特的国家，处处充满着神奇的矛盾。虽然政府对色情出版物和可接受的性行为标准进行了集中管制，并制订相关的审查制度，但年轻人仍然可以从各种媒体上找到并不适合他们的色情材料。

新加坡最初引进电影《王牌大间谍之时空间谍 007》时，电影发行商曾有意将原片名中的 shagged 改为 shioked，因为他们担心原片名中的 shag 一词会让观众误以为是格调不高的电影而怀有偏见。且不论他们的反应是否过激，这件事却反映出一个相当重要的问题：有关性的讨论对于公众来说仍是个不太让人舒服的话题。然而与此同时，我们的儿童和青少年却时时刻刻受到电视、报纸和杂志上形形色色有关性的信息的冲击，这些信息或间接隐晦或

直接挑逗，每天报纸上都有极度色情的广告刺激着孩子的感官，电影和电视节目也让他们觉得混乱的性交和婚外性行为都在生活中真实地存在着，各主要新闻报纸几乎每天都要浓墨重彩地渲染性犯罪。因此当代的孩子开始询问有关性的问题的年龄已经大大提前。

是否存在“正常的”性发育过程？

人类的性发育要经历许多阶段，涵盖了生理、心理及社会等方面的内容。因此正常的性发展过程因各个国家自身的文化、社会和宗教背景的不同而有所差异。但由于全球化的影响以及大众传媒广泛的覆盖性，地域上的差异对性发展过程的影响正在逐渐模糊。



2 性别问题

目前新加坡审查署正在承受越来越大的压力，人们要求他们允许更多种类的传媒产物进入公众生活。先不讨论这些支持和反对放开审查制度的争论是否正确，但我们能确信的是孩子们接触到不适合他们年龄的事物的可能性将大大增强。在这种情况下，社会认可的道德标准在迅速嬗变。

儿童的生理健康也对他们达到性成熟的时间产生了决定性的影响。由于儿童的营养水平普遍提高，而且对他们的照顾更加周到细致，所以现在的儿童普遍提前进入青春期。父母对孩子进行的可接受性行为的家庭教育能够将家庭的性观念传递给他们，并且使这一观念在他们的思想中逐渐发育成形并占据一席之地。这些教育问题包括孩子该如何处理与异性的关系，父母对孩子结交朋友的标准，是否可以在朋友家过夜或把朋友带回家住，以及父母和孩子的主要照料者自身的行为给孩子直接带来的影响。

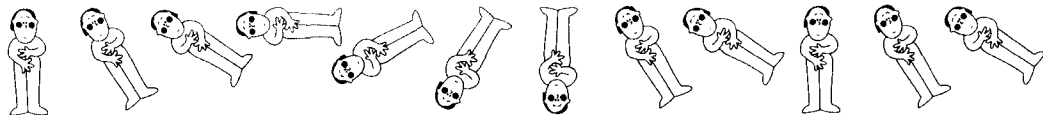
在儿童的性发育过程中，父母发挥的作用不可小觑。例如珍妮特的父母任由她在没有任何监护和指导的情况下观看描述

男欢女爱的成人节目。而且她与父母住在一间卧室里。有时父母做爱时，珍妮特会以一个6岁儿童的眼光好奇地目睹全过程，所以问题不可避免地出现了，她把性带入了和同伴的游戏中。有一天她把同班同学拉到身边并且模仿她在家里看到的情景吻他，这使她的老师大吃一惊。

性发育包括哪些阶段？

性发育的突出特征就是生理、心理及社会变化之间相互联系且产生作用。实际上它是人们进入青春期后面面对的主要挑战之一。然而性发育并不能一蹴而就，它是一个延续不断的过程并且从孩子出生的那一刻起就开始了。

我们可以假想一个刚刚降临人间的男婴，然后从他的身上来解读这一结论。他的父母为孩子选购能显示他性别的衣服，再长大一些，他就要接受不同于女孩的教育，他用的玩具也表明他是家庭中的男性成员。这种有关性别的公式化教育在本质上并不仅仅是文化沉积的结果，它还常常反映出了宗教和社会的认



知规范，并且可以一代代延续下去。

性发育应该被看作与社会和文化认知规范相一致的性别认同的发展过程。虽然小男孩的行为的确有别于小女孩，但两者生理上的差别还是要晚一些才表现出来。这也许是由于大脑还未开始发育造成的，也可能是受人体内重要的化学物质——荷尔蒙影响的结果。

3岁的查理与他4岁的姐姐玛丽比起来要活跃得多，精力充沛并且好斗。我们可以采用比较的方式从多个角度来解释这种情况：

- 查理体内分泌出更多男性荷尔蒙，即睾丸激素，这些激发了他好斗的本质。此外，他的大脑构造也有别于姐姐的大脑，具体来说，他脑内的某一部分（大脑扁桃体）体积更大些，而其他部分（如脑内的海马状突起）则相对小些。
- 除此以外，查理的父母可能也对他采取了不同于姐姐的教导方式，希望他能更加有进取心，并且更加积极外向，他们甚至会用这样的评论来为他的行为开脱，“唉，

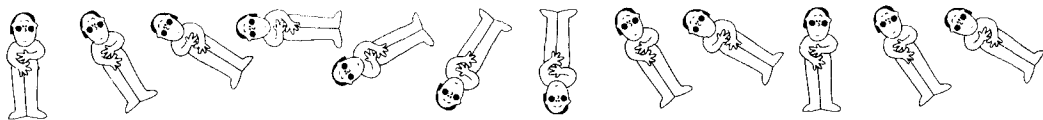
他是个男孩子啊！”。从查理参加幼儿乐园起一直到进入托儿所、幼儿园以及接受更高等的学校教育整个过程中，这种社会期待会逐渐灌输到查理的头脑，并且生根发芽。男孩子就应该展示他的男子汉气概，如喜欢运动，表现出领导才能并且做一些打架这样“野蛮的事”。

总而言之，性发育的过程包括：

- 生理特征的发育过程。
- 情感和心灵的发育过程。
- 社会和文化对具体性别的认可。

你能描述出青春期发生的生理变化吗？

生理变化是性发育过程中最显而易见的变化。父母不仅应该自己对这些变化做好准备，还应让孩子对此有所了解。当孩子一天天接近青春时期时，这些变化就降临到他们身上了。虽然按照传统的定义，青春期开始于13岁，然后一直持续到青少年的法定成人年龄（21岁），但实际上它应



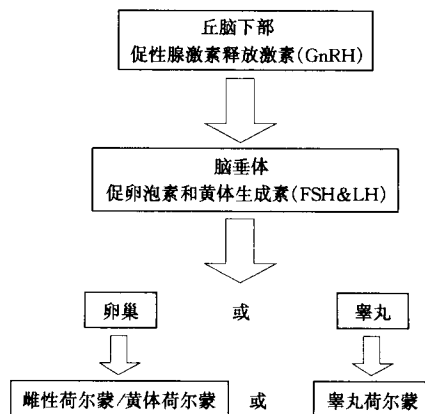
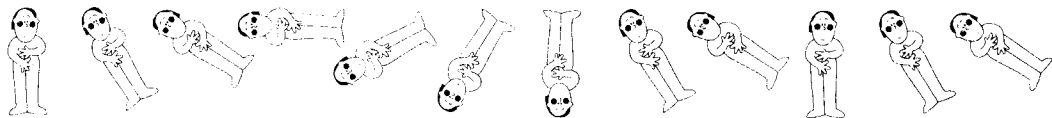
4 性别问题

该定义为青春期真正开始的时间。为了解青春期这一生命中的重要阶段，我们还是先来看看它的突出生理特征。

生理学特征

生理指人体内进行的有机过程。青春期始于荷尔蒙的变化。尽管数量不多，但这种物质在儿童幼年时就存在于他们体内，只是在婴幼儿时期并没有表现出明显的作用而已。然而当青春到来时，大脑内就会分泌出大量荷尔蒙，促使人体开始产生性细胞（女性体内产生卵子而男性体内产生精子），进而在女性卵巢内产生雌性荷尔蒙和黄体荷尔蒙，相应地在男性睾丸内产生睾丸荷尔蒙。

男性的性激素是睾丸荷尔蒙，而女性的性激素是雌性荷尔蒙和黄体荷尔蒙。这些荷尔蒙都直接刺激了青少年的生理发育。虽然我们可以发现幼年时男孩比女孩更具有攻击性，但这个时候荷尔蒙对他们的影响并不显著。然而当少男少女进入青春期后，荷尔蒙的激增使他们的身体发生大量变化。我们可以将这些变化划分为初级变化和二级变化。



初级性发育

初级性发育主要指性器官的发育。

对于男性，性器官的发育指睾丸和阴茎增大，并且睾丸内产生精子。像榴莲种子那么大的睾丸被包在一个松弛的皮囊内，我们称之为阴囊。左睾丸的位置通常要比右睾丸略低一些。每个睾丸内都有成百万上千万的精子，并且每天还在不断产生新的精子。睾丸悬挂在体外的原因就在于它们需要周围的环境略

低于体内温度，这样才能形成精子。

阴茎内输送精子的管状器官上附着许多腺体，它们为精子提供营养，并且分泌起润滑作用的粘液促进精子活动。阴茎本身并不大，但人们感到性兴奋时就会充血并且竖起远离身体，处于勃起的状态。这使得阴茎正好能插入女性阴道并输入精子。尽管成年男性上年纪后产生精子的数量会减少，但他们能一直拥有这种能力直到年龄非常大时。

梦遗

梦遗在青春期的男生中并不鲜见。它是人体排出多余精子的自然生理过程。

处于青春期的男孩子在睡眠状态中会勃起并射出精液。这些通常发生在产生梦境的快速眼动睡眠阶段（REM）。他们做的梦不一定都与性或性交有关，有时也许只是梦到了排尿。梦遗是正常的生理过程，父母完全不必为此担忧。如果你发现儿子内裤或床单上有精斑，这标志着他已经进入了青春期。

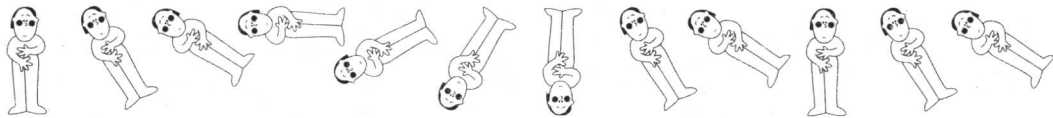
对于女性而言，她们的性发育变化主要表现为处于腹部的性器官卵巢将增

大并产生卵细胞。这种性细胞又被称作卵子。卵细胞一直贮存在卵巢内。发育成熟的卵巢通常与男性的睾丸一样大，甚至可能比它大些。女婴出生时卵巢内就有卵子，但一直到进入青春期体内充满了荷尔蒙时卵子才发育成熟。之后卵子将会通过输卵管进入子宫。在正常情况下，每个月两个卵巢都会轮流排出一个成熟的卵细胞，这个过程就被称作排卵。排卵这一生理过程从青春期开始出现，一直持续到更年期（通常为50岁左右）。阴道的作用主要是将女性体内的子宫与体外连接起来。

月经

少女在青春期间最显著的一个变化就是月经来临。“月经”这一术语起源于拉丁语 menses，原意指“月份”。月经周期通常为一个月，变化范围为20~35天。月经是由子宫内膜的外层脱落出血造成的，这一过程是为了让卵子嵌在子宫壁上，从而得到受精的机会。

月经初潮时并不规律。卵子成熟后在促卵泡素（FSH）这种荷尔蒙的帮助下排出卵



巢。在这个过程的第14天,另外一种荷尔蒙黄体生成素使得子宫内膜变得柔软有弹性并且适于卵子嵌入。如果卵子没有受精,那么两星期后荷尔蒙水平降低时子宫内膜的外层就会自动脱落。这个过程会引起轻微出血并经过阴道排出体外,这就是月经期。

按照老辈人的讲究和迷信的说法,月经期间有许多禁忌的事情需要注意。但实际上年轻的女孩子在经期间可以做很多事,譬如游泳,饮食也可一切照常。月经来潮的日子可能不定,特别在青春期初期表现的尤为明显。生理疾病、过度的压力和心理疾病都可能造成月经紊乱。

二级性发育变化

二级变化主要表现在外观上的变化,使得青年男女互相吸引。对于男孩子来说,这种变化包括长出胡子、声音变得低沉、个子长高并且长出肌肉块。女孩子则表现为胸部发育起来、个子长高并且髋骨变宽。这时候这种变化也会给青少年带来麻烦:

- 毛发过于浓密。有些女孩子发觉自己的腋毛,甚至面部和腿上的绒毛长得过于浓密而导致尴尬,

希望它们一点儿都没有就好了。目前的流行时尚认为女孩子不应该有这些讨厌的毛发,传媒中铺天盖地的广告也在潜移默化中让女孩子相信这些毛发有损于她们的容貌。不过从科学的角度来看,这些毛发并不会引起卫生问题,也并不表示这些女孩子少了一些“女人味”。

- 胸部发育(过大或过小)。胸部是女性的敏感部位,很容易感觉到性愉悦。它对于女性来说主要具备两个功能:吸引异性和哺育婴儿。

许多女孩都因为自己的胸部过大或过小而担忧。这通常是媒体过分宣扬“完美女性”导致的后果。尽管媒体(特别在西方)往往强调胸脯丰满的女性更具有吸引力,但男性对这一问题的看法却不尽相同,他们评判有魅力的女性的标准通常因人而异。

胸部的大小一般取决于女孩体内的脂肪总量,而且一般情况下亚洲女孩体内的脂肪并不多。不过母乳的多少则与乳房内的脂肪(或者说乳房大小)无关,而由产奶

