

中国青春期教育概论

吴阶平



姚佩宽
杨雄
高建慧
刘明芳 著

山东人民出版社

中国青春期教育概论

姚佩宽 杨 雄 著
高建慧 刘明芳

山东人民出版社

1996年·济南

中国青春期教育概论

姚佩宽 杨 雄 著
高建慧 刘明芳

*

山东人民出版社出版发行

(社址: 济南经九路胜利大街 39 号 邮政编码: 250001)

济南市中印刷五厂印刷

*

850×1168 毫米 32 开本 11 印张 250 千字

1996 年 11 月第 1 版 1996 年 11 月第 1 次印刷

印数 1—5000

ISBN7-209-01998-7
G·152 定价: 16.80 元

一门新兴的学科：青春期教育

青春期教育已作为一门新兴学科确立起来了。它是一门新兴的、独立的、交叉学科。它的出现是社会发展的必然需要，它的存在是青少年身心发展的迫切需要。

青春期教育与各科的关系既很密切又不能互相取代，它们之间是一种交叉关系、互补关系。青春期教育的研究始终深入到教育实践的第一线，在教育实验中研究本身的特点与规律，然后把概括、提炼出来的理论再回到实践中去，最终目的在于指导实践。青春期教育学科植根于现代科学与教育实践的深厚土壤之中，立论坚实、立足扎实、思路开阔，显示出蓬勃的生命力。

在青春期教育的研究与实践中，坚持以“人的本质并不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”的马克思主义理论为指导。在开放的形势下，东西方文化、中外文化在渗透、交流和撞击，人们对性的认识发生了巨大变化。中国青少年在这样的社会文化环境中成长，性观念与其父辈们不同，一方面对性持开放明朗的态度，另一方面又受性禁锢的束缚、性无知的影响，可以说，社会文化变迁对人的性活动几乎起着决定性的作用。所以在研究和实践中要联系我国当前实际，继承中华民族在性方面的优良传统，如对性的严肃和审慎态度等，同时吸收外来性文化中的精华，坚持人的自然性与人的社会性相统一，把人的自身发展需要和社会发展需要统一起来。因此，我国青春期教育必须是具有中国特色的、符

合中国国情的教育。经过十几年的努力探索和反复研究，初步确定了我国青春期教育的地位、性质、涵义、内容、目标任务、体系结构、组织形式、途径方法、教育原则、研究方法、评价指标等基本理论。填补了中国教育理论研究中的空缺，使基础教育中的素质教育研究取得突破性进展。

青春期教育是基础教育和素质教育中的重要组成部分。其涵义为：对处于青春发育期的青少年进行性生理、性心理、性道德、性美学、性法制教育，培养健康的性观念、情感和行为的的教育活动。它是青少年提高全面素质，形成健全人格的不可或缺的重要内容。

青春期教育理论是教育基础理论的分支，但主要属于应用性的教育理论，因此既要注重规范性，更要注重应用性。强调理论联系实际和理论对教育实践的有效指导，对青春期教育中的现实问题提供思考线索、思想方法、实施方法，具有可操作性。例如在教育内容方面，根据我国国情，青春期教育内容始终是三理结合三理同步教育。它体现出符合中国国情的青春期教育本质。这一理论已基本形成，并对各地的教育实践起着良好指导作用。

青春期教育实施方面已形成一套可操作的方案。它是根据青少年性生理、性心理发展变化的自然规律，制定符合青少年年龄特点、性别特征、身心发展水平和知识水平的性科学教育。在方案中提供了一系列具体明确的，分别适用于青春前期、中期、后期的教材与教育提纲，以及切实可行的教育组织形式、途径和方法，并提出师长应具备的标准、素养以及培训方法。这个实施方案已成为青春期教育有效实施的阶梯和桥梁，帮助教师、家长、青少年顺利达到青春期教育的目的。

在教育实施中，难点是青春期性心理指导。因为青春期中心理活动中最难把握的、最富有特征的的心理活动集中在性心理

领域。它不仅仅是一般的心理指导，更重要的是性心理指导。当代的青少年由于性生理、性心理的发展普遍前倾，出现了生理、心理、社会三方面发展的异时性。一方面性成熟提前，另方面社会成熟推后，青少年面对这样的矛盾大体有四种选择：升华、压抑、初恋、失误。本书通过分析现状，详细论述了三方面发展的异时性和四种选择的表现，并经过研究概括，首次提出青春期性心理成熟的三个标志：性意识健康；性情感稳定；性适应良好。这在理论上有了新的突破，有较高的学术价值，更有指导实践的意义。

根据我国国情青春期教育的重点是青春期性道德教育。一般情况下教育起点是性生理知识教育，在性发育前夕让青少年作好知识和思想的准备。但青春期教育的重点则是性道德教育，并贯穿整个教育过程。它不同于西方以传授避孕知识为中心的性教育，与西方的“性解放”与“性自由”更有本质的区别。青春期性道德是指维系和调整男女青少年之间关系的道德规范和行为准则。引导青少年继承和发扬中华民族的优良传统，树立正确的性伦理道德观念，自尊自爱、尊重他人、尊重异性；懂得两性爱情受社会道德制约。培养高尚道德情操，提高自我控制能力，自觉地使生理需要服从社会需要，懂得性的冲动受道德意志控制，不轻易委身某个异性。男女交往讲究文明礼貌，在性行为上表现出符合社会文明的道德规范。使青少年在这一成长的关键时期，素质得到良好的培养和提高。所以，性道德教育在德育中占据着极其重要的位置，它对充实德育理论，丰富德育内容，促进德育任务实现，强化德育工作都具有深远的影响和积极作用。

在青少年中有性越轨行为者是极少数，但时有发生，不可忽视。青少年因缺乏科学性知识、性道德和法制观念，受本身内部冲动和外部各种诱因，而在两性方面出现越轨行为。有的

是过失行为，有的是违法行为，有的是犯罪行为，必须根据不同情节，不同对待。在研究中分析了性越轨行为的现状和成因，以及防治、矫治的措施，从理论和实践两方面提出了改变现状的建议。

姚佩宽

目 录

一门新兴的学科：青春期教育.....	(1)
第一章 青春期教育的发展.....	(1)
第一节 青春期教育的涵义.....	(1)
第二节 青春期教育的性质	(11)
第三节 青春期教育的发展	(25)
第二章 青春期教育的时代背景	(40)
第一节 当代青少年的身心发展	(40)
第二节 开放环境下的青春期教育	(52)
第三章 现代教育系统中的青春期教育	(57)
第一节 青春期教育的特殊位置	(57)
第二节 青春期教育的价值	(64)
第三节 青春期教育的体系结构	(68)
第四章 青春期教育的目标任务和内容	(93)
第一节 春期教育的目标任务	(93)
第二节 教材的选择和组织.....	(102)
第三节 青春期教育纲要.....	(107)
第五章 青春期教育实施.....	(142)
第一节 青春期教育的特点及原则.....	(142)
第二节 青春期教育的途径和方法.....	(155)
第三节 青春期教育的人员培训.....	(161)
第六章 青春期异常行为及防治.....	(165)
第一节 青春期异常行为的现状与成因.....	(166)

第二节	青春期异常行为的矫治·····	(182)
第三节	青春期性传播性疾病防治与教育·····	(196)
第七章	青春期性教育研究方法·····	(202)
第一节	一般的研究理论和框架·····	(202)
第二节	青春期性教育研究的基本方法·····	(216)
第三节	青春期性教育研究的特殊方法·····	(223)
第八章	青春期教育评价·····	(229)
第一节	教育评价的界定和概述·····	(229)
第二节	青春期教育评价的基本方法·····	(236)
第九章	探索与展望·····	(248)
第一节	青春期教育研究存在的问题·····	(248)
第二节	青春期教育研究发展前景·····	(251)
附录一	青春期教育调查报告概述(五省市)·····	(260)
二	农村青春期教育调查概述(十四省)·····	(280)
三	上海初中学生性发育及性激素变化的三年追踪 观察·····	(284)
四	性失误青少年调查报告概述·····	(294)
五	青春期教育专用名词·····	(296)
全书参考资料	·····	(337)
后 记	·····	(342)

第一章 青春期教育的发展

青春期教育是对处于青春发育期的青少年进行性生理、性心理、性道德、性美学、性法制教育，培养其健康的性观念、情感和行为的教育活动。它是提高青少年全面素质，形成健全人格的不可或缺的重要教育内容。

第一节 青春期教育的涵义

“青春期”这一术语来自拉丁文“Puberty”，含义是“成熟年龄”或“具有生殖能力”，主要指青少年个体生殖器官功能的成熟和第二性征的出现，并将在生理、心理上发生重大的变化。青春期是决定人一生的体格、体质、心理、个性和智力发育的关键时期。

青春期正处于人体第二次生长高峰的急骤变化的时期，最明显的特点是形态剧变、机能增强、性的成熟。

形态发育表现为身高、体重、坐高、胸围等指标，不仅随年龄的增长而急剧增长，而且男女之间出现两次交叉现象。第一次交叉在11~12岁之间，其间女性的各项指标的发育水平都超过了同龄的男性，说明女性已步入青春发育期，并处于青春发育的突增阶段；第二次交叉在14~15岁之间，其间男性各项指标的发育水平又超过了同龄的女性，说明男性青春发育期的突增阶段已经开始，而女性发育则已进入缓慢阶段。以后男女差距继续增大，致使男性在18岁时身高、体重、坐高、胸围的

绝对值较女性达到了更高的水平，最后形成了青年男性身体较高、肩部较宽，而不同于青年女性身体丰满、髋部较宽的体态特点。

机能发育表现为心脏、肺、肌肉、神经系统的发育。心脏重量已是出生时的12~14倍，达到成人水平。心脏的血容量是初生时的12倍左右。脉搏频率的均数随年龄增长而下降，血压均数随年龄增长而增高，肺活量均数也随年龄增长而增大，至18岁都趋于稳定。肌肉力量在青春期发育得特别快，至十七八岁肌肉重量占体重44%左右，但男性肌肉力量发展高于女性，如下肢爆发力女性仅为男性的 $\frac{3}{4}$ ，速度和速度耐力只相当于男性的 $\frac{1}{2}$ 。神经系统的发育已基本成熟。大脑皮层的沟回组织已经完善、分明，神经纤维的髓鞘化已经完成。因此，大脑机能得到显著地发展，并逐步趋于成熟，兴奋与抑制过程逐步平衡，第二信号系统逐步占据优势地位。

性发育表现为，第一性征（即生殖器官）由原来的幼稚状态发展到成熟状态，成为具有生殖功能的成熟器官。第二性征（即体态）发生了明显变化。女性第二性征发育的最早指标是乳房、乳晕出现，乳头突出，乳房膨大。继而腋毛、阴毛长出，骨盆变大，全身皮下脂肪增厚，形成女性丰满体态。男性第二性征发育的突出指标是毛发、胡须及腋毛、阴毛长出，喉结突出，声音低沉，肌肉骨骼发育坚实，形成男性雄伟体格。女性月经初潮、男性首次遗精意味着生殖机能开始成熟。

许多国内外生理学家、心理学家对青春期的生理和心理变化有过许多研究，说法各异：

“过渡年龄期”。它是指从儿童时代向成熟期过渡的阶段。它的生物基础是性的逐渐成熟。因此，人们常常把过渡年龄期称作青春期。但是身体发育成熟和具有生育能力并不意味着一个人已变为成年人。在人类社会，由童年向成年过渡不仅要求

身体发育成熟，而且还要吸收文化，掌握一定的知识、技能，才能履行各种社会职能和担负起社会责任，可见，成熟要以社会化为前提，离开了社会化，就不可能有成熟可言。

“第二次诞生”。他们认为，当个体进入青春期以后，有以下三个特征：（1）自我发现。（2）产生对未来生活的设想。（3）开始逐步跨入生活的各个领域。青少年内心深处经常出现各种矛盾的情感体验：喜悦与烦恼、开朗与沉默、社交与孤独、大胆与怯懦等相互矛盾的倾向，逐渐把探索视线转向自己的内部，经常问自己“我是个什么样子？”逐渐地发现主观意识的存在，逐渐地认识自我。对未来生活有一种美好的向往：“我将来怎样？”并对周围的一切十分感兴趣，乐于评价和介入成人行列。

“心理性断乳”。幼儿的断乳意味着与母亲身体完全脱离联系。青春期意味着要从心理上摆脱对双亲的依赖，这种急剧的“心理性断乳”给青少年带来突如其来的不安，产生情绪上的激动和混乱，经历了这一人生过程中的“危机”之后，便逐步步入脱离父母的监护，走向独立。

“否定期”。由于性本能的启动，使个体逐渐地将注意力转向自己的内部，因不能掌握这种变化的实质，青少年会陷入烦恼、困惑、焦虑、冷淡等不安情绪之中，他们不仅对外界，就是对自己也会采取“否定”的态度，心理学家把它称作否定期或反抗期。

“危险期”。有的心理学家称青春期为暴风骤雨、疾风怒涛的时期。他们指出，青春期的到来，人的身心变化是跳跃式的。到了这个时期人便产生了社会的义务感，尝试到新的爱情生活，像是在一个崭新的世界中惊醒，既不了解世界，又不了解本身生理的发展所引起的心理变化。因此，有些科学家把人生的这个时期称作“危险时期”。

上述说法虽然不一，但归纳起来，主要有三种观点：（1）生

物发生观点，它把生物成熟作为基础，其他发展过程均与生物成熟直接有关。(2) 社会发生观点，它集中注意社会过程和社会公认的价值观、准则、信仰对个体的影响。(3) 心理发生观点，认为青春期的心理过程和心理机能是以自身发展为基础的。事实上青春期既有生理发育，又有心理发展及初期社会化。青少年的生理、心理、社会的成熟是相互影响，并统一于个体中，不可分割和分离，也不可能侧重于某一个方面，只是在年龄及成熟时间上有先后或早迟。

一、青春期的划分标准

关于“青春期”年龄阶段的划分目前世界各国尚无一致的定论，有人认为，青春期即青年期的开始阶段；有人则认为，青春期应是儿童期与青年期之间独立的一个阶段。由于各国的社会条件和文化背景的不同，再加上学者研究时的根据与目的各异，因此，目前在“青春期”年龄的上限和下限界定上存在着差异。在国外学术界，主要根据以下四个方面的标准来划分青春期。

(一) 以种系演化作为划分标准

这一派主张个体发生发展重复着种族发生发展的主要阶段。其代表人物是德国心理学家施太伦(L. W. Stern)。他在《早期儿童心理学》(1924年英文版)一书中把儿童发展划分为三个阶段，即幼儿期(6岁以前)，相当于哺乳类动物到原始人类阶段；感识学习期(入学至13岁)，相当于人类古代的文化阶段；青年成熟期(14岁至18岁)，相当于近代文化阶段。

(二) 以生理成熟状况作为划分标准

持这一标准的学者认为，划分青春期个体的生理发育、身体的成熟是基础，而把其余的发展过程看作是派生，或者是同成熟的过程相联系的。

1. 早在古希腊时期，亚里士多德就把 14 岁定为儿童“发情期”，并以此作为划分儿童教育年龄阶段的依据。

2. 1911 年，柏曼 (L. Berman) 以内分泌腺作为划分标准，将胸腺、松果腺、性腺时期依次分别划分为幼年、童年、青年时期。

3. 弗洛伊德以身体性本能发育部位强度的转移，依次分为口唇期、肛门期、阳物崇拜期、潜伏期、生殖器期，青春期相当于生殖器期，并认为女孩子约在 11 岁、男孩子从 13 岁时开始。在这一时期，性的能量和成年一样涌现出来，已经建立起来的防御大有遭受扰乱的危险，恋母情绪有可能再度发生，弗洛伊德认为其间个人最主要的任务是从父母那里摆脱自己。

4. 帕伦 (Parran) 以性成熟作为主要指标划分为：青年前期男 11~13 岁，女 10~11 岁；青年期男 13~17 岁，女 12~17 岁，青年后期男 18~21 岁，女 17~20 岁。

5. 格塞尔 (Gesell) 根据成熟的序例，把人的发展分为 7 个阶段：胚胎期、胎儿期、婴儿期、学前期、儿童期、青少年期、成人期。他认为青少年期是儿童向成人过渡的时期，从 12 岁到 24 岁，持续 10 年。12 岁的少年摆脱家庭的自立性加强，极易受同龄人的影响，对异性表示兴趣。13 岁时少男、少女变得内倾，由于身体带来的很大变化，使心情常处于不稳定中，爱作自我批评，并以批评的态度对待父母，对人的心理发生兴趣。14 岁时，外倾的倾向代替了内倾。自信心增强，对别人之间的差异有浓厚的兴趣，爱交际，从 15 岁起，个别差异扩大。格塞尔作为现代生物成熟论者，他对青春期的描述，改变了以往学者那种单纯按时间顺序展开的成熟过程。

(三) 以心理结构的特点作为划分标准

这一派强调应以人的心理过程和心理机能本身发展为基础。

1. 以斯普安格(E. Spranger)为代表的提出的划分标准是:
(1) 自我感识增强。(2) 确立一生的生活道路。(3) 进入自己的生活领域。他把青年期划分为女 13~19 岁, 男 14~22 岁。

2. 日本的青木成四郎提出这样的划分标准:(1) 对生活的理解逐渐复杂化。(2) 情绪兴奋和动荡不稳。(3) 性开始成熟。他认为 12~13 岁、14 岁尚属儿童期的末期, 此期可称为特殊时期, 故称为少男少女期或少年期, 14 岁以后为青年期, 青年期又分前期和后期, 前期为动荡期, 后期为安定期。

3. 马莱兹(O. Tumlieg)以自我(主观)与外界(客观)相互联系划分为三期: 第一期为反抗期(12~14 岁), 第二期为固有成熟期(14~17 岁), 第三期为青年处女期(17~20 岁), 此时态度逐渐稳健。

4. 以皮亚杰(T. Piaget)为代表的则按儿童的心理结构发展阶段分为: 感知运动阶段(0~2 岁), 前运算阶段(2~7 岁), 具体运算阶段(7~11 岁), 形式运算阶段(12~15 岁)。青春期相当于形式运算阶段, 这一阶段的特征是以具有抽象概括推理能力为特征。青年人能够单独在心中整理他们的思想, 他们关心自己的未来和即将进入的社会性质, 他们梦想“一个光荣的未来或通过理想主义改造世界”, 而不打算在实际上检验自己的思想, 因此, 可能导向明显的理想主义和空想主义。

(四) 以社会与人相互作用作为标准

该派以人生在各个不同的阶段, 社会要其完成的相应任务为标准, 其代表人物是埃里克森(E. H. Erikson)。埃里克森在《儿童期与社会》一书中把人生划分为八个阶段, 第一阶段婴儿期(0~1.5 岁), 第二阶段儿童早期(1.5~3 岁), 第三阶段学前期(3~6 岁), 第四阶段进入学龄期(6~12 岁), 第五阶段青年期(13~18 岁), 第六阶段成人早期(18~25 岁), 第七阶段成人中期(25~50 岁), 第八阶段成人后期(50~死亡)。他

强调第五阶段青年期的典型特征是“角色延缓”，即青年担任的角色任务扩大了，但青年不能完全认真地掌握这些角色，而总是在尝试使他们迎合自己。他还分析了青年自我意识形成机制、性心理兴趣以及青年期危机，强调在发展中自我与社会环境的相互作用。

当代美国心理学家道格拉斯 H. 鲍威尔(Donglash. H. Powell) 在《Teenager》一书中的最新观点认为，“Teenager”一词是指这样一个个体，即他们不再是儿童，但又不成熟，通常是13~19岁年龄段的青少年，在英语中常用“adolescent young person”或“youth”等词来界定这样一个特定阶段，谁是“Teenager”，它的确定是由许多因素来决定的，这个年龄的边界有相当大的弹性，并非固定不变的。

“青春期”表明个体生理发育走向成熟。“青春期”中的智力或思维、情感、意志、个性等心理因素，都是因“青春期”的巨大生理变化引起的。这个时期的青少年性器官逐渐发育成熟，出现男性或女性的特征。女性的乳房、卵巢、子宫开始发育，出现月经初潮。男性正值睾丸、阴茎开始继续增长及精子生成和出现首次射精。他们对自己性特征的发育感到神秘、惊奇和羞涩，开始知道性别差异的内涵，从而促使他们产生了解和探索性奥秘的欲望。这种性兴趣与童年期的性兴趣完全不同，儿童是对性出于好奇，而青春期则是身体内部性欲的驱使。调查资料表明，这段时期男生的36%和女生的12%报告身体内部出现了从来没有过的兴奋和激动。这种性冲动的出现使他们产生矛盾、苦恼的心理，这段时期还伴有手淫、性梦幻、异性吸引(差异感、好奇感、听引感、羞涩感)等因生理发育而导致的种种心理变化。

发育的成熟促使打破少男少女机体先前的平衡，体态方面出现了一系列变化，四肢发育不平衡，脸部变得粗糙，童年期

的柔和动作被笨拙的动作所取代，少男、少女对自己的体态出现了从未有过的敏感，任何有关体态方面的讥讽和暗示都会使他们感到苦恼。

新陈代谢方面的变化。一方面少年自身血液循环系统暂时还不能有力地为进一步发展的有机体服务，使他们常有头晕和轻微的疲乏感；另一方面，他们的机体又富有生气，能在较短的时间内恢复充沛的精力，因此需要有适当的活动来消耗。尤其值得注意的是少年的脑和整个神经系统的发展转向微观层次，神经网络在具有适当刺激的条件下逐渐细密化，为抽象思维、智力的发展提供了物质基础。

二、青春期的个体差异

生理的发育和趋向成熟是青春期的基本特征，而生理发育又存在许多事实上的差异。

（一）时代和国别差异

根据世界各地报道：瑞典、挪威、芬兰、丹麦、荷兰、英国和美国在过去的50~100年间，女性月经初潮年龄明显提前。西欧平均每10年提前约4个月。日本早超过了欧美。据调查资料统计在1961年2月~1972年2月11年间，日本女性初潮平均年龄由13.29岁提前到12.81岁，前移了6.8个月。新加坡每10年平均初潮年龄提前4.5个月。我国近35年间，北京市女性的初潮年龄平均每10年提前5.07个月，超过欧洲、非洲等国报道的数值，仅次于日本。

（二）城乡、地区和民族差异

根据全国妇女月经、生理常数协作组于1978年11月~1980年2月对全国29个省、市、自治区13万多妇女的调查，月经初潮城市平均年龄以15岁为最多，乡村平均比城市晚1年左右。从地区来看，初潮年龄最早的是广东和北京（广东是13.3