



最全面最实用的儿童性教育全书



中国父母必读的家庭性教育读本

性教育从“零”开始

How To Talk About Sex With Children

——如何跟孩子谈“性”



家长是性教育的启蒙老师，家庭是性教育的第一课堂

性本身不是洪水猛兽，性无知才是真正的洪水猛兽

儿童“性”教育宜早不宜晚，要“疏”而不能简单地“堵”



CS2050069

G479
0202

性教育从“零”开始

How To Talk About Sex With Children

——如何跟孩子谈“性”



金雪莲◎编 著

朝華出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

性教育从“零”开始：如何跟孩子谈“性”/金雪莲编著.

—北京：朝华出版社，2011.6

ISBN 978-7-5054-2798-3

I. ①性… II. ①金… III. ①青少年—性教育

IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 111664 号

性教育从“零”开始——如何跟孩子谈“性”

作 者 金雪莲

选题策划 杨 彬

责任编辑 赵 红

责任印制 张文东

封面设计 永城天地艺术设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 三河市航远印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16 字 数 231 千字

印 张 18

版 次 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2798-3

定 价 32.80 元



序 言

我是从哪里来的呢？

为什么结婚后会生娃娃？

为什么男孩子站着尿尿，女孩子蹲着尿尿呢？

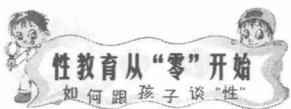
.....

每当被孩子问及类似这样的性问题时，大多数父母都不知所措，不知道该如何回答才好。如今，很多家长都意识到了对孩子进行性教育的必要，但有了认识未必就能带来正确的行动。事实上，家长的态度会直接影响孩子的行为，家长以何种态度对待性知识，将直接影响孩子对性的认识和相关的人格发展。

性，是人类最神秘隐讳又难以回避的话题。它是人类作为生物存在的一个基本属性的需要，是人类生命的重要组成部分。但随着社会的发展和进步，性被披上了一层不易触摸的心理外衣。几千年来，由于人们对性的错误认识，把性归结于“传宗接代”，并把性看做是肮脏、下流、耻辱的手段。而这一错误理念则一直影响着人们的成长和生活，困扰着人们的思想和自身，使人们对它忌讳、对它害怕，甚至羞于谈性。

正是出于对性的歪曲，性教育一直成为我国教育上的跛足，没有尽到它应有的职责。而家长更把性教育视为洪水猛兽，如临大敌，避而不谈。造成孩子对性的曲解，不能得到正确的性教育和性知识，从而导致





当青春来临时，他们不知所措，从而导致犯错、受伤，出现一系列的性问题。据报道，未婚少女怀孕人数的增加已经成为全球性的公共卫生问题。因此，性教育问题已经成了当今全球性社会问题，世界各国都在努力探讨性教育问题。

在美国，早期性教育被普遍受到重视。从小学一年级就开始对孩子讲述生育、两性差别、个人卫生和性道德等知识。到了初中阶段，学校就会讲述生育过程、性成熟、月经、遗精以及性约束等知识；到了高中，还会讲述婚姻家庭、性魅力、同性恋、性病、性变态和卖淫等现象和知识。在英国，国家家庭计划协会为孩子的父母开设了培训办，学习如何跟孩子谈性、如何进行性教育等问题。而在我们的近邻日本，早期性教育都是从小学开始的，日本小学生的第一堂性知识课就是《我们的开端》，介绍孩子们最关心的问题：人是从哪里来的？

这些国外先进的性教育都值得我们借鉴和学习。尤其在急速发展的当今社会，父母更要担当起孩子的性启蒙教育，让孩子从小懂得性是人类的本源，并不是什么“肮脏的东西”和“令人耻辱”的事情。让孩子从小科学地看待性、正确地看待两性关系，正视情爱，正视性冲动和性行为，树立正确的性观念和性心理。

性教育是儿童教育的重要内容，要“疏”而不能简单地“堵”。家长们应该像对待其他知识那样对待性知识，科学、客观、适时、艺术地对孩子进行性教育，既不要拒“性”于千里之外，也不要放任自流。让孩子在美好的年龄留下自己美好的回忆，不要让不良的性嗜好和混乱的性经历，打扰了他们的美好梦想，从而使孩子们幸福、快乐地成长，身心健康地发展。





目 录

第一章 决定孩子一生幸福的性教育

性是一个微妙的话题，很多家长总是羞于谈论此事，认为这是个顺理成章、无师自通的事情，不必特意去亲身传授。而正是由于这种性知识的缺乏和陈旧的性教育观念，有些家长甚至错误地认为对孩子进行性教育是教唆孩子犯罪。他们虽然不惜重金，培养孩子的各项技能，但是却忽视了对孩子重要的生殖健康和性心理健康教育。其实，正确的性教育不但会对孩子健全人格起到良好的促进作用，而且能决定孩子的一生幸福。

1. 尴尬与无奈——中国性教育的现状 (3)
2. 他山之石——国外性教育现状面面观 (8)
3. 父母是孩子最好的性教育老师 (12)
4. 走出家庭性教育的误区 (17)
5. 性心理发展的几个阶段 (21)



第二章 与生俱来的“性感”

——口欲期、肛欲期（0~3岁左右）

人生伊始，性便存在，这是亘古不变的真理。为此有科学家认为，人生来就具有性的差别和性的要求，并且保持终生。虽然有人不认可这一观点，但是孩子从婴幼儿期其实就已经存在相应的性心理，但表现形式和认知程度却有所不同。婴儿最早从吸吮母乳中得到快感，继而从身体排泄与控制中获得快感，这些早期的性欲表现行为和活动都是自发的，与成人的性意识无关，只是天生的性欲本能满足。为此家长要特别注意孩子在口欲期和肛欲期意识形态的形成和对今后人生的影响。

1. 婴幼儿的“自我意识” (27)
2. 用嘴感知世界 (31)
3. “母乳”不多也不少 (36)
4. 离不开妈妈的乳房 (42)
5. 排泄的快感 (46)
6. “蜗牛”“黄金”的诱惑 (51)
7. 羞涩的“尿裤子” (57)

第三章 奇妙的身体

——性蕾期（3~5岁）

随着年龄不断增长，孩子开始有意识地注意自己的身体和性器官，也渴望了解自己与他人有何不同；对人体产生极度的好奇心理，更想分清男

女之间有何不同。孩子虽然年龄尚小，但会出现一些无意和有意的玩弄生





殖器、做性游戏等行为和现象。由于幼儿的意识形态，他们只是把这些行为当成一种游戏，既没有成年人的性意识，更无性生理反应。为此家长应正确地教育、引导，不宜“上纲上线”，过多责备很可能造成孩子心灵的创伤，甚至导致其日后对性的恐惧和罪恶感。

1. 人之初，初识性	(63)
2. “从天而降”的宝宝	(68)
3. 女孩丢了“小鸡鸡”	(73)
4. “过家家”也会变味	(79)
5. 面对“尴尬”问题	(86)
6. 我是男孩，你是女孩	(93)
7. 与父母分床而眠	(98)
8. 说出那些“羞涩”的字眼	(102)

第四章 我为父母“狂”

——俄狄浦斯情结时期（6~8岁）

“俄狄浦斯情结”这一词语来源于希腊神话中一个弑父娶母的悲剧人物。弗洛伊德认为在这一时期的孩子对异性父母产生了性兴趣。年幼的男孩对母亲特别迷恋，有些极端的男孩甚至想独占母亲而仇视父亲，女孩则对父亲表示爱慕，也会有“爱父仇母”的情结。而如果这一阶段孩子恋父恋母的情结太深，不能及时割断，则很可能会影响孩子性欲和性心理的健康发展。

1. 长大嫁给爸爸	(109)
-----------------	-------



2. 妈妈是我的最爱 (113)
3. 好奇“隐私处” (118)
4. 撞见父母的“秘密” (124)
5. 创作“流氓画” (130)
6. 对“偷窥”着迷 (135)
7. 不该来的“早熟” (141)

第五章 平静的男女对决

——潜伏期（9~11岁）

孩子在经历了前几个阶段后，进入了潜伏期，专家们认为这一时期的孩子会出现一种“同性恋”倾向，也就是性反感期。在这一时期，男孩和女孩之间的性隔阂更加敏感，他们除了学习和生活中不可避免的交往以外，彼此间过多的接触会让孩子感到不自然。在这一阶段，男女孩之间会保持一定的距离，孩子们都倾向于与同性玩耍，仿佛进入了成人的“同性恋”环境。

1. “假同性恋”阶段 (147)
2. 怪怪的“懒床” (152)
3. 朦胧的“牛犊恋” (158)
4. 设置“身体界限” (163)
5. 镜子里面出“芙蓉” (171)
6. 不愿示人的“隐私” (176)





第六章 羞涩的“新”我

——青春发育期（12~15岁）

青春发育期即青春期，是由少年到成年的过渡时期。在这一阶段初期，孩子身体的形态、生理、生化、内分泌，以及智力、行为等方面都有了明显的变化。根据生理发育的特点，青春期可分为初期、中期和后期。如果我们把性潜伏期的性心理期看做是青春期的萌芽状态。那么此时，由于孩子的内、外生殖器官及第二性征发育开始，同时女孩出现月经，男孩出现遗精现象，则标志着孩子进入了青春期的第二个阶段，也就是说正式进入了青春期。此时，孩子的性心理也有了显著的变化，性欲开始转向年龄相仿的异性，并感受到异性的强烈吸引，产生朦胧和不明确的情意，这就是异性恋的开始阶段。这一时期也是性冲动再次萌发的阶段，但由于这时的孩子还缺少社会经验，心智尚未成熟，整体心理发展水平落后于性器官发育，容易受到不良现象的影响，需引起家长的特别关注和及时引导。

1. 家中有子初长成 (183)
2. 乳房“保卫战” (191)
3. “初潮”来袭 (195)
4. 初为男子汉 (200)
5. 紊乱的情绪 (207)
6. 收到“爱”的信息 (215)
7. 青木瓜之恋 (221)
8. “黄祸”的困扰 (229)



第七章 成熟的青苹果

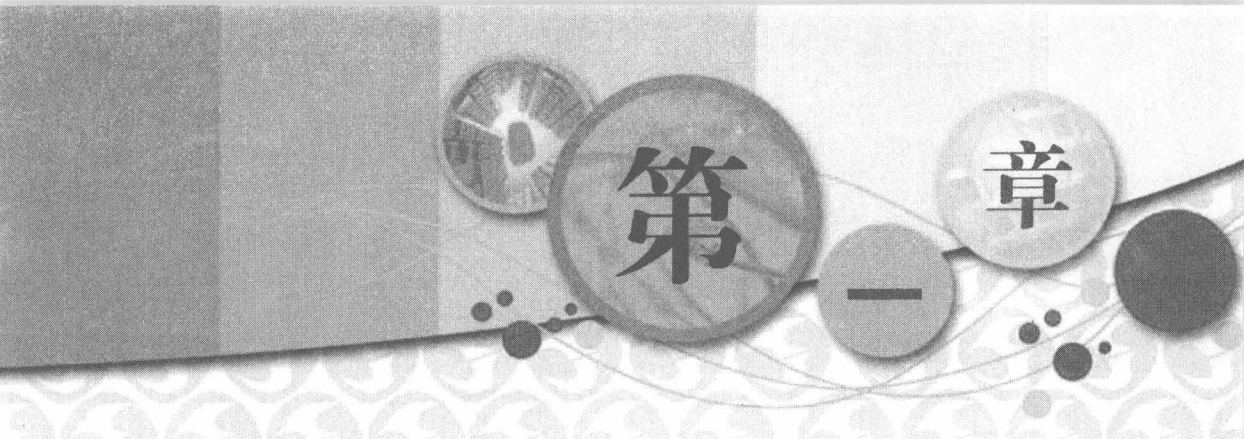
——青春期（15~18岁）

在青春期开始一两年后，孩子的性机能发育成熟致使性意识发展，青少年男女间开始彼此吸引和关注，他们逐渐摆脱了心理的隔阂状态，开始了解和接触异性。此时，女孩子表现出羞涩、温柔，男孩子则表现出能力和威严。这一时期，他们对自己钟情和倾慕的异性爆发出热烈的情感，出现性冲动或者发生性关系的意愿。

这一时期的青少年在情感和性行为方面都非常危险。对感情炙热、性冲动者可能表现为与异性发生性关系，而性心理压抑或受伤害者则可能表现为变态的性行为。同时这一时期的青少年还必须学习理智慎重地对待自己的性行为，谨防性病的侵害。

1. 亚当夏娃尝“禁果” (239)
2. 变态的“自我安慰” (246)
3. 移情别恋的他（她） (252)
4. “蕾丝”与“断背”之痛 (256)
5. 男孩女孩要设防 (263)
6. 对性病、AIDS说NO (271)





第

一

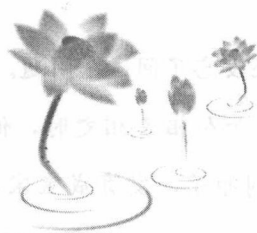
章

决定孩子一生幸福的性教育

性是一个微妙的话题，很多家长总是羞于谈论此事，认为这是个顺理成章、无师自通的事情，不必特意去亲身传授。而正是由于这种性知识的缺乏和陈旧的性教育观念，有些家长甚至错误地认为对孩子进行性教育是教唆孩子犯罪。他们虽然不惜重金，培养孩子的各项技能，但是却忽视了对孩子重要的生殖健康和性心理健康教育。其实，正确的性教育不但会对孩子健全人格起到良好的促进作用，而且能决定孩子的一生幸福。



1. 尴尬与无奈——中国性教育的现状



小东的妈妈在“小书虫”借了本《小威向前冲》，这是一本颇受褒誉的英国儿童性教育绘本。

回家后，小东先自己翻了翻，又让妈妈给念。妈妈念书的过程中，其实也是蛮忐忑的，怕小东提出问题来不能妥当地回答她。还好，小东蛮有兴致地听着、看着，知道小威数学不好，算什么都是10，还嘲笑了一番。看到两张人体图时，小东惊讶道：“啊，这不是尿尿的地方吗？是尿尿吗？”妈妈淡然回答她不是，继续念了下去。小东被受精卵的发育吸引，没有深究下去。妈妈心里暗自庆幸孩子没有问出更多问题，否则该怎么跟她解释？

哪想几天过去了，昨晚洗漱时，小东突然又问起：“妈妈，你说那小精子是怎么进到卵子里的？那是两个人啊，它怎么能从一个人身上游到另一个人身上呢？”妈妈心里笑着：绕不掉啊，该来的问题总还是要来的，越是不明白，心里就越是会想的。正好爸爸在家，看看那位有什么



高见，于是说：“唉呀，宝贝，你这个问题太深奥了，妈妈也说不太清，先去问问爸爸去。”小东去了，不知道爸爸说了什么，只听小东不耐烦地叫：“你别光游啊游啊，问题是这是两个人啊，怎么能游过去呢，小精子离开水不就死了？”看样子爸爸的敷衍让她很不满意。

安排完小东上床睡觉，爸爸关了电视出来，和妈妈对视，尴尬地笑。“怎么样？你准备好了吗？孩子可是一转眼就要长大了！”妈妈问道，爸爸无言摇头。

第二天睡觉时，小东还没忘了问这个问题。于是，妈妈说：

“只有一个男人和一个女人相亲相爱时，他们之间才会建立一个通道，小精子才能游过去找到卵子，发育成宝宝，否则，随便一个男人女人就可以生宝宝了吗？不是的，只有爸爸妈妈很相爱，他们才会有宝宝……”

“这个通道在哪儿，屁股吗？”小东仍追问不舍。

“不是的，离屁股不远，但也不是尿尿的地方。宝贝，等你长大了，看了更多的书，你就知道了。”

“那要是两个小精子都赢了呢？”

“两个小精子都得到了奖品，那就会生双胞胎了，就是两个宝宝，而且还可能是龙凤胎呢，妈妈单位一个叔叔就要生龙凤胎了！”妈妈的单位这方面就是牛，同事中龙凤胎三对、龙龙胎两对、凤凤胎一对。便和小东多叨叨了些什么单卵双胞胎、双卵双胞胎的常识。

“还说话？几点了？赶快睡觉！”外面爸爸一声吼，小东的问题问得也差不多了，于是闭嘴睡觉。

小东的父母开始发愁了：虽然这次貌似糊弄过去了，可保不准什么时候这个问题她还是会问的，究竟怎么回答才是好呢？





由于中国特殊的文化传统，“性”问题在中国一直是一个禁区，无论家庭还是学校对性教育都是采取一种消极态度。在家里，当孩子遇到一些与性有关的问题时，父母往往不给予正面的回答。学校对性教育也采取尽量回避的态度，尽管在初级中学都开设了生理卫生课，但有关“性”的章节，老师几乎从来都不讲，“性”一直徘徊在教育的边缘。

目前，中国每年约有 2200 万以上的孩子进入青少年期，调查结果显示，通过“文艺、影视作品、漫画、网络上的资讯”获取性知识成为最主要的渠道，占总票数的 32.2%；紧随其后的是色情光盘，占总票数的 24.4%。不良书刊、音像制品和成人网站以及同伴之间的交流成为了未成年孩子获取性知识的主要来源，但这些途径往往泥沙俱下，青少年很容易受到不良影响。因此，中国性教育的现状令人堪忧——

◆学校、家长对孩子的青春期性教育是相对滞后的

卫生保健机构提供的数据显示，在小学五六年级，已有 30% 左右的男孩和女孩分别出现遗精、月经初潮等生理现象。而与此同时，学校、家长对孩子的青春期性教育却相对滞后，由于缺乏适宜的性教育，儿童、青少年因性困惑、性无知导致的青春期焦虑症和性观念错位现象逐年上升，与此相关的青少年性犯罪等问题也成为社会关注的焦点。在被调查的 1 至 2 年级小学生中，有 58.4% 的孩子询问过父母“我从哪里来”，学生中能够正确回答为“妈妈生的”不到 1/4，能够准确地用图画标记出身体隐私部位的不到 1/3；3 至 4 年级小学生中，约 1/2 不知道什么叫性侵犯，且女孩子不知道的比率高于男孩子；5 至 6 年级学生中，约 1/3 的女孩来了月经，但还有 1/4 的女孩不知道会来月经，六成以上的男孩不知道会遗精，超过 1/5 的孩子向老师和父母请教性问题感到羞耻，且对性感到神秘。



◆学校性教育在全国内还没有普及

除了北京等大城市开始重视进行学校性教育，很多地方学校都还没有专门的性教育课程。经过几年的摸索，少儿性教学模式虽初见雏形，但是目前，我国小学生性教育还是面临“三无”窘境：一无教材，二无教师，三无课时。

◆目前在学校性教育方面缺乏专业人才

目前我国学校性教育还是比较混乱的，缺少通用的可以选择的教材，很多时候把卫生、生理课教材当做性教育教材，而学校性教育当中最困难的是目前没有专业化的老师，很多都是由任课老师兼任，这种情况很难达到好的教育效果。在被调查的小学教师中，有九成认为在小学生中开展性健康教育课非常必要，有二分之一认为迫切需要解决的问题是家长先接受教育。而家长中则有九成以上不能正面回答孩子的性问题，约九成认为“学校开课更适合小学生接受性健康知识”。

◆当学校性教育还没有完善的时候，家长应更加充实性教育知识

当学校性教育尚未完善的时候，儿童的性教育还是需要继续给予正确的辅导，这个时候家长的作用就更加重要了。我们首先要转变家长的观念，家长的教育重在转变观念；然后，家长要懂得性教育的原则，在讲解问题的时候不要伤害到孩子；同时并行的是给孩子施以性教育。家长应该多学习儿童的性发展规律，了解孩子的性发展规律，去帮助孩子解决性的问题。

其实，中国青少年性教育不力已非一日之说，家长任其无师自通，学校老师避而不谈，教科书点到即止，这些教育方式让青少年产生好奇心却无法通过正规途径获取正确的知识，只好从其他渠道获得，大大提高了青少年不健康性心理、性犯罪及未成年少女怀孕等社会问题形成的可能。