

中瑞合作性健康教育系列读本

● 名誉主编 \ 吴阶平

● 总 主 编 \ 胡佩诚

● 瑞方主编 \ 艾瑞克·森特威尔

中学生家长性教育读本

本书主编 \ 徐震雷 吴若梅



中国性学会
瑞典性教育协会

联合编写



北方妇女儿童出版社出版发行

中瑞合作性教育

中学生家长性教育读本

名誉主编：吴阶平

总主编：胡佩诚

瑞方主编：艾瑞克·森特威尔

本书主编：徐震雷



中国性学会

瑞典性教育协会

北方妇女儿童出版社

联合编写

图书在版编目 (CIP) 数据

中学生家长性教育读本 / 徐震雷, 吴若梅主编. - 长春:
北方妇女儿童出版社, 2003.4

(中瑞合作性健康教育系列读本 / 胡佩诚主编)
ISBN 7-5385-2185-2

I. 中… II. ①徐…②吴… III. 中学生 - 性教育: 家
庭教育 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 026289 号

中瑞合作性健康教育系列读本

中学生家长性教育读本

总主编 胡佩诚

本书主编 徐震雷 吴若梅

出版者 ⊙ 北方妇女儿童出版社
地 址 ⊙ 长春市人民大街 124 号
电 话 ⊙ 0431—5640624
印 刷 ⊙ 吉林省九三彩印厂
开 本 ⊙ 32(850 × 1168 毫米)
印 张 ⊙ 6.75
责任编辑 ⊙ 安春海 徐晓辉
技术编辑 ⊙ 姜 晶
封面设计 ⊙ 龙震海
责任校对 ⊙ 赵宗荣

2003 年 4 月第 1 版 第 1 次印刷

印 数 ⊙ 1 - 5000 册

ISBN 7 - 5385 - 2185 - 2/G · 1353

定 价 ⊙ 14.00 元

如发现印装质量问题, 请与印装厂联系调换

中瑞合作性健康教育系列读本

普及性知识加强性教育
弘扬性文明造福亿万人

二〇〇二年八月 吴阶平题



全国人大副委员长 本书名誉主编 吴阶平院士题词

中瑞合作性健康教育系列读本 编委会名单

名誉主编：吴阶平

总主编：胡佩诚

瑞方主编：艾瑞克·森特威尔

总策划：安春海

编委：(按姓氏笔画为序)

艾瑞克·森特威尔 刘凤山 安春海

陈晶琦 张孜孜 赵颖 胡佩诚

钮文异 高伯达 徐震雷 徐晓辉

陶林 彭晓辉

总主编胡佩诚同志简历

胡佩诚，男，1947年10月出生于上海，现任北京大学医学部医学心理学教研室主任、教授、研究生导师、中国性学会秘书长。

曾就读于北京医科大学医疗系、清华大学社科系及北师大心理博士班。曾留学于美国纽约州立大学临床心理学系，并经过德国高级心理治疗师的培训。发表于国内外中英文的学术论文与文章100多篇，撰写学术著作40多部。

总主编寄语

中国第一套由中瑞性教育专家共同编写的性教育系列读本终于问世了。它们的问世，标志着中国的性教育正在走向成熟。

周恩来总理曾三次指出要对青少年开展性教育，吴阶平副委员长也多次指出，要把性教育当做一件大事来抓紧抓好。国家教育部、卫生部、计生委，从20世纪70年代末开始出台了許多法规、文件，要促进青少年与全民的性教育。正是在这一系列的“尚方宝剑”的指挥下，中国的性健康教育正在掀起一个热潮。目前，全国已有众多的学校开展了性健康教育的课程，这套读本作为教材是非常合适的。

中国性学会近年来组织了三个访问团赴瑞典进行性教育的学术交流与参观。瑞典是全世界性教育起步最早的国家，1933年就成立了世界上第一个性教育的学会，1955年将性教育作为全国中小学的必修课。全国23岁以下的青少年可以接受免费的性心理、生理的咨询与检查。他们在性教育上采取的“坦诚加限制”的做法，是值得我们借鉴的。

本次参与编写的八位分册主编均是赴瑞典或在国内接受过瑞典专家培训的国内第一流的性教育专业工作者，他们均有丰富的教学经验，有的也有十分丰富的临床经验。

瑞典著名性教育专家Erik Centerwall全程参与了大纲的修订与教学内容的设定，瑞典全国的性教育组织RFSU对本书的问世也起到了积极的推动作用。

我们希望这一套为大、中、小学生及教师和中小学生家长编写的性教育丛书，能够为大家确实解决一些困惑与迷惘的问题，成为大家的良师益友。也诚挚地欢迎大家提出宝贵的意见，以便以后将其修改得更加完善。

前 言

以前是孩子不懂大人的事,现在是大人不懂孩子的事。一项国内首次由中学生自己设计、自己实施的——艾滋病相关问题调查,最近有了结果。该调查原本只想对中学生有关艾滋病知识进行摸底,没想到中学生在调查中表现出来的性观念让人吃了一惊。

接受调查的是来自北京重点中学、普通中学和职业高中的739名高一学生。

在调查中,17.8%的学生承认曾与异性拥抱;10.1%的人承认曾与异性接过吻。在“是否发生过性行为”一栏中,7人填“有”,22人拒绝回答。

对婚前性行为,有386人持认可态度,占接受调查人数的48.8%。其中9.9%的学生认为一见钟情就可以发生性行为,甚至有2.5%的学生同意“只要给好处,就可以发生性行为”。对这样的问题,不同的学校也有差别——在接受调查的学生中,重点中学的学生完全赞成婚前性行为的占11%;职高学生占9%;普高学生占7%。这个结果并不出乎我的意料,多年来做青春期教育工作,我得出的结论是——越是好学校的学生,接受信息越快,越有精力、有时间、有能力寻求新奇与刺激。而这一点是一向被重点学校的领导和教师否认的,同时也是被重点学校学生的家长否认的。

学生的性知识从哪里来？调查结果显示：学生这方面的知识70%—80%来源于报刊书籍、广播电视、互联网，而最应关心学生成长的老师、家长却放弃了这个教育机会。因为，仅有9.9%和7.6%的学生承认，他们从老师和家长那里获得过艾滋病和性病的相关知识。

最近，又有北京的两位中学生，利用社会实习的机会，调查了北京8所普通中学的1500名学生，对他们所期望的性健康教育进行调查（全文见第九章）。并对学校、家长、教育部门和社会提出建议：

1. 针对学校

希望学校能提高重视程度，学校领导班子统一思想，校长引导和支持教师开展性健康教育，并要专时专用。希望教师能尽快改变自身的观念，跟上这个时代，正确地了解性知识，做到“教人者必先教己”，然后再去改变学生以前对“性”的扭曲理解，教育学生用平和、积极的心态去看待这个话题，祛除他们的心理顾虑。知识要全面而适度，不回避一些重要问题，不总讲一些过于老套的东西，也就是说，“有一种朦胧性，反而会给学生造成好奇心和错觉。”并且要根据学生的年龄特征和心理承受能力传授；课堂上运用科学的语言进行讲授，不要用淫秽和猥亵的语言。

教育形式要多样化，而非“说教”似的，这样能更好地调动学习积极性，上课时可以让发配套教材，并配上图画、录像带、模型来讲，比如让学生自己到台上给他的同学们讲课，或多安排一些同学们互相讨论的问题（即开展“同伴教育”），最后老师给予适当的点评，这样的教育，不仅学生爱听，而且可以活跃课堂气氛，使教育开展得更加有成效，交互性更强。我们还建议学校开设心理咨询室，因

为我们发现很多学生需要的不仅仅是课堂上学到的东西,而是教师针对个人问题给予的建议及帮助;学校还可以在校园网上开设性教育的栏目,这样可以由学生自己选择学习内容,也排除了在课堂上的羞涩感。

2. 针对家长

许多家长不愿意或没有能力提供必需的性教育,所以要对家长进行这方面的教育,像讲座等,让他们逐渐对“性”有正确的理解;家长与学校要及时进行沟通,共同做好青春期教育工作;家长要关心子女的变化,正面对子女进行性教育,经常和子女谈心,帮助子女解决性生理、心理问题。

3. 针对教育部门

性教育的开展需要教育部门的重视,最好制定教学大纲,安排出固定的课时,并经常监督各个学校的开展情况。另外,我们建议教育部门:学生最好从小学甚至更小就开始接受性教育,像教他们“ $1+1=2$ ”一样,等他们真正步入了青春期,也就不会觉得青春期这么神秘,就会平静地面对青春期的到来,这就避免了教育的滞后性。

4. 针对社会

我们建议社会上多设立一些热线咨询电话;媒体的正面宣传力度要加强;对于传播不健康内容的传媒(如非法淫秽书刊、淫秽光盘等),法律应给予严厉处罚。

很多家长都知道青春期内健康教育的重要性,但也都担心教育会变成教唆,对学校的性教育不放心,作者本人曾进行过这种尝试,结果表明:

①目前处于性发育期的初中学生虽然缺乏学校性健康教育,

但他们已具有一定的性知识,而并非一无所知,且相当一部分人已经形成或对或错的性观念。其中对一些相当重要的问题,如手淫、早恋、恋爱目的、婚前性行为、卖淫嫖娼等,多数学生均缺乏正确的认识、态度和观念。这是亟待重视的问题。

②性教育研究虽仅仅进行一个月,又不作为正式课程,没有考试压力促使学生学习,但取得的成绩却非常显著,表明学生有接受性健康教育的热情,通过教育可以提高他们的性知识水平和纠正错误的态度和观念,学校中的性自由倾向是有可能通过正确的教育扭转的。由于教育时间过短,教材不尽完善,教师也缺少培训,学生在知识、态度和观念上的转变未能达到理想的程度。但是只要能满足教育条件,完全有可能取得更好的成绩。

③调查发现相当数量的初中学生在性问题上处于真空阶段,虽然缺乏正确的知识、态度和观念,但也没有接受错误的知识和形成错误的态度和观念。这是非常良好的教育时机,性健康教育可以使他们迅速获得正确知识和建立健康的性观念。调查也发现,学生一旦接受错误知识,形成错误的态度和观念,也就先人为主地形成稳定的心理定势,再通过教育进行纠正就比较困难。因此中学生的性健康教育开始得越早越好,填补知识真空比纠正错误观念更有成效。

④青春期初中学生正处于主动获取性知识和形成性观念的关键阶段,如果不能从学校得到规范和系统的性健康教育,就会从其他社会渠道零散地获取片面的甚至错误的性知识,接受性自由观念,进而形成他们自身不健康的性观念。

⑤性健康教育是学生成才教育的重要组成部分,不能孤立地将此看成只是为了预防艾滋病、性病和避免少女怀孕而进行的知

识教育。因此必须强调性教育的整体性,综合地进行性知识、性伦理教育以防止怀孕和预防性病、艾滋病。

“大人不懂孩子的事”——既然如此,就拿上面的文字作为开篇词吧!倾听中学生心声,让您了解孩子,走进孩子的心中。我们的目的是——大人要懂孩子的事!

一位大一的女生媛媛来信问我——

实在是不好意思,我的心里总有个小疙瘩,真不知道怎么办才好。我是从外地到北京上大学的,今年18岁。去年11月,有位男生向我表明了心迹,因为以前我就注意过他,所以现在我们在了一起了。其实,我想问的是:亲吻对我有什么影响?会不会让我怀孕?因为我这个月的月经还没有来,我很着急。我的月经不很准,从来都是提前,现在是怎么回事?我发誓——我们只是亲吻过。

大一女生媛媛对生育知识一窍不通。

另一位高三女生小婷正在因爱情苦恼着。

我有一个男友,已经交往了5年。去年高考,我落榜复读;而他顺理成章进了大学。高三时,我们曾约好高考后再接着谈恋爱。可当他考取之后,他对我没有以前好了,我们逐渐生疏起来。如今,我们之间相互联系已经很难,再加上我父母的干涉,我已经苦不堪言。唉,其实我若是放下他也挺容易,但一想起那令人尴尬的第一次做爱,我就触景生情。我不知是该后悔还是该怨恨。我是爱他的,他以前是爱我的,可现在,长时间不见面,不联络,说不准将来……每每想到这,我都会泪眼朦胧。我已经无法再忍耐了,这次的复读会有结果吗?

如果说小婷是因为和男友有了感情,才偷吃禁果,那凡就远不是这么回事了。

我是一名普通的高中女生,步入青春年华我庆幸自己脱离了童年的幼稚,可我却又常常为自己的事情烦恼。我的父母是繁忙的生意人,从小吃穿不愁的我,却少了份和父母间的亲情。高一下学期,我从离家不远的私立学校转到了郊区一所普通高中。父母为我在学校附近买了一套两居室。从此,我有了我自己的“家”。当然,父母偶尔也会来坐坐,把钱放下又匆匆忙忙生意去了。这个“家”只剩下孤独的我。直到有一天,他闯进了我的生活,从此我不再孤独。

他是我转到这个班上认识的第一个男生。他机敏但不好学,平时与一帮哥们儿“上天入地”,一副玩世不恭的样子。那时,我是班里的“冰美人”,我把所有写信给我要和我交朋友的男生都回绝了。一天,他塞给我一封情书,我便不假思索地答应了他。此后,我们开始形影不离,他时常“回家”陪我,并和我发生了性关系。但我并不后悔,因为它让我感到了家的温暖!想想以前的日子很黯淡,直到我有了他。现在,我搞不清楚我是为了弥补亲情上的缺憾才接受他呢,还是真的爱上他了。

看过这三个女孩子的来信,我们成年人是否该想一想,我们有没有失职的地方?

您是老师么?您对孩子进行过这方面的教育么?不要说这种事情与老师关系不大,因为孩子们如有失误,老师可能会在第一时间察觉。您是父母吗?上面提到的三个孩子如果是您的女儿,您

又做何感想呢？一个大一的女生以为亲吻就会怀孕；那位 18 岁的女孩为了曾经的性关系无法放下已经不存在的“爱情”；而最可悲的是一个寂寞中的女孩子，因为孤独接纳一段可能对自己构成伤害的性关系……

无论如何，这三个女生的状况都是我们不希望看到的。一名从普通中学考入北师大附中的男生说：“从没有在学校接受过性教育，初中课本有生理卫生方面的内容，但老师不讲。”一位在中学教生物课的刘老师说：“我觉得讲性知识很有必要，但我站在讲台上开不了口，觉得说这些不舒服。我让学生自己看。”父母和子女谈性话题就更难以开口了。父母们明知该说却闭口不谈的、认为孩子很小不能说的、自己的事情太忙压根就想不起来的……这就产生了对性茫然不知的一类人，如那位大一女生；同时也产生了对性并不了解，但敢于“实践”的寂寞女孩以及那位因尴尬的性关系苦恼无限的女孩。

中学生需要的是正面的、适合他们年龄段、分寸恰当的性知识，当这项任务学校还无法完成的时候，父母们应该把它勇敢地承担下来——

不要一有异性来找自己的孩子或是来电话，就去“查户口”，就立即断定孩子早恋。越是杜绝孩子与异性交往，出的麻烦可能就会越大。才子佳人的戏文里，小姐被关在后花园，只见了一位书生就私订终身，那是因为她从来就没见过第二个男人，她无法比较鉴别。聪明的父母要拓宽孩子的视野，提供给少男少女交往的机会，避免一对一的深交，提高孩子的鉴赏能力，是“围追堵截”还是“因势利导”，想来家长很容易明白。

性知识是人生必不可少的知识，选择适合孩子的读物，主动提

供给他们。孩子对性越是感到神秘,越是回避父母,这样就越可能出事。既是人生有用的知识,为什么不拿到台面上来呢?如果有机会和孩子一起讨论性话题,千万不要躲躲闪闪,因为一旦父母态度暧昧,就会给孩子“性,见不得人”的错觉,这会对孩子的性观念产生误导。

中学生私下里猎取性知识的渠道很多,有些是正确的性知识,有的是色情的内容。如互联网上的一些色情网站、街头小商贩手中的黄色光盘、书摊上的黄色读物,这些父母们不好掌握,但经常留意孩子的碟片、读物总还是可以的;和孩子一起学上网、给自家的电脑安装过滤软件并不难,总之,在性知识的来源上,要给孩子一片晴朗的天空。

当孩子读到初中二年级,无论您的孩子是男是女,都要让他明白——性行为是怎么一回事以及性行为的责任。让孩子明白并不等于同意他们做这样的事,而是让他们知道,一旦发生性行为可能会产生的后果,以及对少男少女身心健康可能造成的伤害。明白道理清楚后果,才可能避免犯错误。

我们的目标是让孩子将来生活得更幸福,那我们今天就要把孩子应该明白的道理说给他们。

目 录

前 言	1
第一章 蓬勃发展的青春	
一、男孩变成男人	1
二、男性的象征	4
三、嘴上没毛办事不牢	7
四、丰满的女性	9
五、女孩的隐私	11
六、害羞的乳房	13
七、“倒霉”的月经	14
第二章 异性相吸	
一、当你的孩子喜欢异性时	19
二、从“网恋”看上网安全	24
三、谈谈同伴压力	31
四、世界最深的感情——爱情	33
五、为“追星”正名	37
第三章 性的表达	
一、性幻想	42
二、射精	45

第四章 理解孩子

- 一、没有一个孩子是坏孩子 49
- 二、仅让孩子明白道理是不够的 51
- 三、请关注孩子的情感需求 55
- 四、有关“长者恋”的探究 58
- 五、无法解释我自己 61

第五章 和孩子的沟通

- 一、防范性侵害 65
- 二、性侵害发生之后 68
- 三、由“少女怀孕”想到的 71
- 四、孩子的口袋里装的什么书 74
- 五、孩子为什么不向师长求助 77
- 六、假如他们是您的儿女 80
- 七、做个称职的父母 83
- 八、离家出走，一个敏感的话题 85
- 九、“性安全教育”归谁管 88

第六章 不可思议的性

- 一、性是自然的 92
- 二、性是人的一个组成部分 94
- 三、性愚昧 96
- 四、性知识 98
- 五、性自私 100
- 六、禁欲 102
- 七、性享乐 103

第七章 预防艾滋病

- 一、艾滋病的常识 104
- 二、感染艾滋病病毒的高危行为 107
- 三、安全行为选择 108
- 四、关于艾滋病的血液检测 111
- 五、保护自己的生殖健康 113
- 六、抓住良机,遏制艾滋病蔓延 120

第八章 中学生性教育状况调查分析报告

- 一、背景 160
- 二、对象与方法 161
- 三、结果与分析 162
- 四、结论 169

第九章 北京市普通中学学生期望的性健康教育 调查研究报告

- 一、研究背景 173
- 二、研究内容 173
- 三、研究过程 174
- 四、结果与讨论 174
- 五、建议 180

附录一:中华人民共和国未成年人保护法 182

附录二:《全国人民代表大会常务委员会关于惩治走私、制作、
贩卖、传播淫秽物品的犯罪分子的决定》 194

附录三:国务院关于严禁淫秽物品的规定 197