



# 人之初

## 大学生性健康教育读本

朱冬香 商云龙 / 主编



中央民族大学出版社  
China Minzu University Press



# 人之初

大学生性健康教育读本

朱冬香 商云龙 / 主编

中央民族大学出版社  
China Minzu University Press

## 图书在版编目 (CIP) 数据

人之初：大学生性健康教育读本 / 朱冬香 商云龙  
主编. —北京：中央民族大学出版社，2015. 6

ISBN 978-7-5660-1017-9

I. ①人… II. ①朱…②商… III. ①大学生-性教育  
IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 136208 号

## 人之初：大学生性健康教育读本

---

主 编 朱冬香 商云龙

责任编辑 杨爱新

封面设计 蒋玲玲 汤建军

插 图 王大壮 车果工作室

出 版 者 中央民族大学出版社

北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编：100081

电话：68472815 (发行部) 传真：68932751 (发行部)

68932218 (总编室) 68932447 (办公室)

发 行 者 全国各地新华书店

印 刷 厂 北京华正印刷有限公司

开 本 880×230 (毫米) 1/32 印张：6.75

字 数 160 千字

版 次 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5660-1017-9

定 价 20.00 元

---

版权所有 翻印必究

# 序 言

在大学生成长过程中，对两性关系的认识和理解以及如何处理好恋爱和婚姻关系，可以说是关系到一生幸福的最重要课程。随着全球化进程的不断加快，西方各种多元文化不断影响着中国，受西方性解放思潮和我国社会性健康教育思想落后的影响，性问题已经逐渐成为大学生突出的成长发展问题之一。谈及性，多少人讳莫如深，羞于启齿，多少人脸红心跳，浮想联翩……在网络信息技术高度发达的今天，获取关于性的知识已不再是什么难事，在网络上轻敲几个字符，就能搜索到许多关于性的知识、新闻、图片等信息，

然而这些信息良莠不齐，不良信息无时不在影响着大学生正确性观念和认识的形成。对于大学生的人生教育来说，性健康教育应该成为重要的一部分。

2011年9月，教育部发布了普通高校学生心理健康课程基本要求，性心理和恋爱心理等心理健康课成为大学生的必修课，并特别强调，在大学生性心理及恋爱心理方面，要通过教学使学生了解自身性心理和生理的发展，形成对性心理和恋爱心理的正确认识。环顾当今，全面、科学地论述性知识的教材并不多，然而对性的认识对于大学生的心理健康发展、生活和谐幸福有着至关重要的作用。

本书对当前大学生成长发展过程中出现的与性相关的生理、心理、社会等问题进行梳理，结合国内外性健康教育的现状，由不同专业背景的一线学生工作实践者结合实践中学校的学生工作实际设计编写形成。

本书结合性学、生理学、心理学、社会学、法学等多个学科知识，为读者展现一幅关于“性”的全景图。章节主要包括概论、社会性别、性与生殖健康、性心理、性多元、两性关系、性道德与性权利、性暴力、生活技能等部分。概论一章主要追本溯源了性的概念、历史沿革、性健康教育的目的和意义，并简要介绍了性健康教育的途径和性健康教育的几种模式。社会性别部分主要结合社会学的理论，阐述对社会性别的



认识，从性别的视角来审视原先的性别角色模式及性别歧视现象。性与生殖健康一章从生理学的角度，普及大众所应知晓的基本生理知识。性心理一章则引述了心理学方面的知识，阐述性心理的形成过程。性多元部分则与当前社会上的热点同性恋、双性恋等现象紧密结合，阐述了性别多元化的基本原理和正确认知。两性关系部分从历史发展的角度，阐述了中西方两性关系的发展历程和不同。性道德与权利部分主要从法律的角度阐述两性双方所应承担的义务和享有的权利。性暴力部分则专题阐述当前社会上发生的与性相关的暴力社会事件，引导人们正确认识性暴力。生活技能部分则介绍了人们在生活中切身相关的、实用的关于性的生活技能。

编者力求以生动的笔触、翔实的论述和科学的知识，为大学生提供一本可用于实际讲授的性教育教材，也为广大读者提供学习性知识、认识性文化的窗口，更好地传播正确的性健康理念。希望本书对引导和帮助大学生正确认识性、树立健康的性观念、维护正当性权利、学会科学安全地保护自我、促进身心健康、形成和谐的恋爱与婚姻关系起到积极作用。

本书主编为朱冬香、商云龙。在撰写过程中，北京化工大学辅导员王媛、李雪光、周霞、徐娜、孙学霏分别参与了相关章节的撰写，蔡瑞龙、李国正协助进行了文字的校对等工作，蒋玲玲进行了封面设计，王大壮和车果文化设计工作室精心设



计了插图。

本书是首都大学生思想政治教育 2016 年支持课题研究成果，获得北京化工大学教材立项基金支持，中央民族大学出版社也给予了大力支持，编者对此深表感激。

由于编撰时间仓促，水平有限，本书难免有所疏漏，敬请广大读者批评指正！

编者

2015 年 5 月

# 目 录

第一章 概论.....	1
第一节 基本概念.....	2
第二节 历史沿革.....	4
第三节 性健康教育的目的和意义.....	8
第四节 性健康教育的途径 .....	11
第五节 性健康教育的几种模式 .....	17
第二章 社会性别 .....	21
第一节 社会性别的基本概念 .....	22
第二节 性别认同 .....	28
第三节 性别平等教育 .....	31
第四节 社会性别教育的重要意义 .....	33





<b>第三章 性与生殖健康</b> .....	40
第一节 大学生生殖健康现状 .....	41
第二节 安全性行为 .....	48
第三节 性传播疾病的种类及危害 .....	50
第四节 艾滋病的介绍和预防 .....	56
第五节 大学生性与生殖健康教育的发展方向 .....	61
<b>第四章 性心理</b> .....	64
第一节 性心理概述 .....	65
第二节 性心理的内容 .....	73
第三节 性心理的发展 .....	85
第四节 大学生健康性心理的塑造 .....	96
<b>第五章 性多元</b> .....	102
第一节 性多元的基本概念 .....	103
第二节 性多元问题分析 .....	104
第三节 性多元化发展的助力 .....	110
<b>第六章 两性关系</b> .....	117
第一节 两性关系发展 .....	118
第二节 中国传统的两性关系 .....	125



第三节	中西方两性关系比较 .....	130
第四节	两性关系与社会和谐 .....	134
<b>第七章</b>	<b>性道德与性权利 .....</b>	<b>140</b>
第一节	性道德 .....	140
第二节	性权利 .....	142
第三节	性权利的控制 .....	152
<b>第八章</b>	<b>性暴力问题 .....</b>	<b>159</b>
第一节	性暴力问题概述 .....	159
第二节	如何应对校园性暴力 .....	164
<b>第九章</b>	<b>生活技能 .....</b>	<b>177</b>
第一节	生活技能概念 .....	178
第二节	生活中树立意识与观念 .....	181
第三节	家庭生活引导 .....	186
第四节	生理自我保护 .....	187
第五节	正规途径了解性知识 .....	194
第六节	懂得拒绝, 禁住诱惑 .....	194
<b>参考文献</b>	.....	<b>200</b>

# 第一章 概 论

在个体的行为中，性是贯穿人生的重要一环。现代的青年，青春期较之前平均提早了三年，发展时间表也发生了具体而巨大的改变。青少年、童年期缩短了，伴随着性的成熟，社会要求和压力也提早出现。而性的早熟，令青少年在面对急剧改变的社会环境时，无论在性态度还是性行为上，较之年长者都有明显的差异。

青少年的性教育离不开社会这个大环境。然而，现实生活中存在着与社会进步极不相称的、不利于青少年健康成长的丑恶现象。前新加坡资政李光耀曾严肃指出：“色情会毁灭文明和年轻一代。”性健康教育，是青少年必不可少的重要的一课。如果没有为学生量身定做的性教育方式，只是对“性”一味地“堵”，悲剧就无法避免。苏联教育学家苏霍姆林斯基曾指出：“我们的任务就在于，要让性本能在刚刚觉悟之际，



就使他们的理智做好充分的准备。”

基于医学和营养学上的进步和改善，年轻人在生活上日趋成熟，性需要也迅速增加。但与此同时，他们在心理上的发展则较慢，以致在处理性需要的问题上出现困难。可惜，成年人尤其是父母，往往不愿意或者无力在家庭中实行性健康教育，使得青少年在青春期的性困扰更显严重。因此，在学校推行性健康教育，是当务之急。

## 第一节 基本概念

在人类漫长的进化历程中，性（sexuality）一直是人类与生俱来的一种本能，这是性的生物性，但它又与社会政治、经济、文化有着密切的联系，这体现了性的社会性。性是个体高度隐私的活动，但又不是个人的事情，个体的性行为与他人或是社会发生着相互作用和相互影响。

周恩来总理十分重视性卫生教育，曾做过多次批示。在1963年2月全国医学科学工作会议上他曾指出：“一定要把青春期的性卫生知识教给男女青少年，让他们能用科学的知识来保护自己的健康，促进正常发育……这是可以使他们终身获益匪浅的事。”2001年，《中华人民共和国人口与计划生育法》第十三条规定：“学校应当在学生中，以符合受教育者特征的



适当方式，有计划地开展生理卫生教育、青春期教育、性健康教育。”2011年9月，教育部发布了对普通高校学生心理健康课程的基本要求，性心理和恋爱心理等心理健康课成为大学生的必修课，并特别强调，在大学生性心理及恋爱心理方面，要求通过教学使学生了解自身性心理和生理的发展，认识大学生的恋爱心理特点，了解大学生在性心理和恋爱心理方面存在的问题，形成对性心理和恋爱心理的正确认识。

在学术研究中，性可以指事物之实体或众生之素质，即受外界影响亦不发生改变的本质；也可以指人类的生活或繁殖，即性与生活，与繁殖是相通的，没有性生活，没有繁殖，也就不会有人类；有时，它还可以指性别，即男性或女性，这是基于生殖器官及其功能而做出的划分。当然在大部分情况下，性也许就是指性交。为了消除对性的理解上的歧义，本书认为性是一种行为，它或以生殖为目的，或以爱和娱乐为目的。

所谓“性健康教育”并不是只做有关的性知识方面的教育，而是通过科学的知识，培养对性的健全态度，进而引导人们在生理、心理、社会三方面获得健全性生活的教育。它不仅仅包括解剖和生殖方面的知识，同时还强调对两性之间态度的发展和指引。“性”是人生的重要课题，两性关系是人际关系中极为重要的一环，性不仅关系到个人的身心健康，且影响社会的秩序和安宁。从另一方面来看，目前社会上与性有关的一



些行为，如未婚怀孕、堕胎、性病、娼妓、强奸等统计数据的增加，以及由于对性的无知和误解所导致的不健全的人生、不愉快的婚姻、不美满的家庭增多，已造成日益严重的社会问题。因此，性健康教育的范畴涵盖一个人从出生到老死的一生历程，是人生、人格和人际关系的教育。

## 第二节 历史沿革

人类性观念的转变是一个十分有趣却又难以表述清楚的话题，一方面是因为观念本身具有不确定性，很多理论本身还存在很多争议，另一方面是因为性观念具有较强的隐蔽性。因此在探讨人类的性观念的时候，我们更多的是从性行为的角度出发，并据此推测人类的性观念。在这个过程中，我们发现一个社会主流的性观念、性现状，从来都不会是孤立存在的，它是与这个社会的政治、经济、文化紧密结合在一起的。

20 世纪的人类史上，第二次世界大战期间，“文化大革命”时期，都可谓灾难性的历史阶段。而在这两个时期，社会关于性的禁忌最强烈，对于性的不宽容也最昭彰。20 世纪 70 年代末中国开始改革开放，社会逐步开放，思想更加多元，性领域的变化也十分明显。1978 年到 2008 年，在中国发生巨变的 30 年间，性的变革与中国改革开放的发展、与经济、



社会的转型一直是紧密联系的。20世纪80年代家庭中性关系的最强音是对婚内性高潮权利的重视，婚姻与性的相对脱节则是影响了整个90年代的话题，到了21世纪初的最初几年，性的娱乐价值已深入到家庭领域当中。

### 一、20世纪80年代：性认识的萌芽期

20世纪80年代是中国社会发生巨变的10年，这10年间性的变革可以用“舒缓但稳健”来形容，最大的变化是对婚内性权利的重视与追求。婚内性权利的概念对中国人来说一直非常遥远，在20世纪80年代之前的几十年，性更几乎是一个完全禁忌的话题，人们只能做不能说，甚至任何越轨的行为都会被认为是



“流氓”。中国人对20世纪70年代末一些民间流传了几十年的笑话仍然耳熟能详。一位新娘在婚礼的第二天找到派出所，说自己的丈夫昨天晚上“耍流氓”。民警哭笑不得，急中生智地回复说：“我们总要培养革命下一代呀，毛主席教导我们：人不犯我，我不犯人；人若犯我，我必犯人。要以其人之道还治其人之身。”从这个今天听起来完全不可理喻的笑话，就能够



想到走入 20 世纪 80 年代的国人，仍然背负着怎样的对性的禁忌。

1980 年发生了一件重要的事情，即新《婚姻法》的颁布。其中离婚的必要条件被修改为：第一，双方感情确已破裂；第二，经调解无效。这使得中国一跃成为世界上奉行自由离婚的领先国家（美国各州到 1971 年才过半奉行，英国则 1973 年才通过）。

## 二、20 世纪 80 年代：聚焦性与婚姻脱节问题

关注性与婚姻的脱节，早在 20 世纪 80 年代就开始酝酿了。80 年代中期兴起的交谊舞，为陌生异性结识与建立婚外性关系提供了机会，方刚在《中国多性伙伴个案考察》一书中的许多受访者，都谈到他们正是在那时开始多个性伙伴生活的。只不过，婚外性问题在 80 年代一直处于萌芽状态，有成为社会现象的趋势，民众对婚外性的观念也发生重大转变。1997 年修改的《刑法》中去掉了“通奸罪”这一条，2001 年修改的《婚姻法》中试图加入配偶权的努力失败了，婚内强奸被提出讨论，这些在某种程度上加速了公众对性与婚姻的脱节问题的认识与关注。

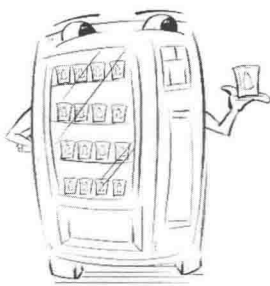
从 30 年间有关婚外性行为与性伙伴的词汇的变化，也可以看出人们性观念的变化，从最初的“通奸”“偷情”“养





汉”等词汇，到“第三者”，到后来的“婚外恋”“外遇”“情人”等词汇。语言是思想的载体，同时又表现着思想的内核，大众语言的变迁，透露出时代的差异与观念的更迭。婚外男女情爱与性爱，开始被作为一种独立的现象进行观察，婚姻只不过作为背景被提及，而不再是唯一的、绝对的出发点，这实际上潜藏着一种宽容的伦理观念。

1988年，国家教育委员会、卫生部和国家计划生育委员会发出关于在中学开展青春期教育的通知。1990年，国家教育委员会和卫生部在《学校卫生工作条例》中规定，普通高等院校要开设性健康教育选



修课或讲座。与此同时，针对父母对孩子进行正确性教育的呼声也不断提高。2005年围绕着安全套自动售货机是否应进入中学，媒体曾进行过激烈的讨论。我们看到，当整个社会发生性观念变革的时候，青少年的性观念也在发生着变革，并且给家庭带来了新的话题。

### 三、21世纪初，性娱乐观的出现

21世纪初中国家庭中的性观念变革，用“激烈与激进”来形容并不为过。性人权概念的提出不是偶然的，它是与社会