

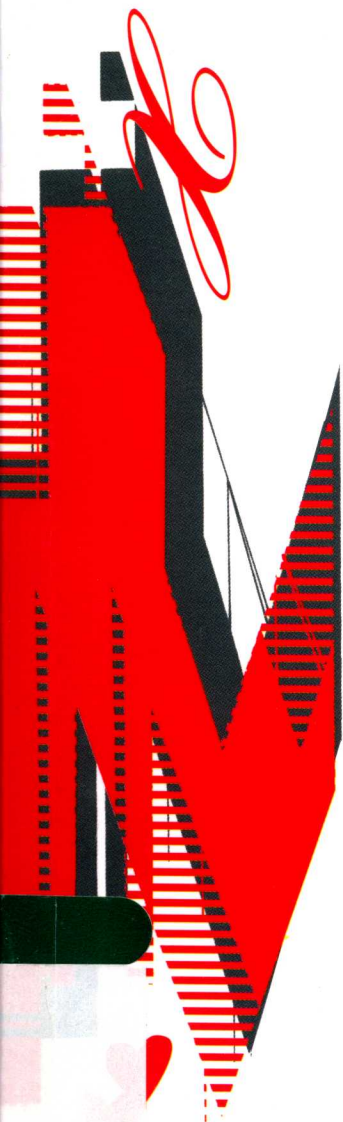
21

世纪全国高等院校通识课规划教材

性心理新视野

青少年性心理与性危机干预

○ 董惠娟 张爱珠 孙立军 樊晓斌 编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

014010107

R167
32

性心理新视野

青少年性心理与性危机干预

董惠娟 张爱珠 孙立军 樊晓斌 编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

R 167
32

501010310

图书在版编目(CIP)数据

性心理新视野:青少年性心理与性危机干预/董惠娟等编著. —北京:北京大学出版社,2013.10

ISBN 978-7-301-23338-2

I. ①性… II. ①董… III. ①青少年-性心理学-教材 IV. ①R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 242700 号

书 名: 性心理新视野——青少年性心理与性危机干预

著作责任者: 董惠娟 张爱珠 孙立军 樊晓斌 编著

责任编辑: 陈小红

标准书号: ISBN 978-7-301-23338-2/B·1160

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn>

新浪微博: @北京大学出版社

电子信箱: zpup@pup.cn

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62752021

出版部 62754962

印 刷 者: 北京大学印刷厂

经 销 者: 新华书店

965 毫米×1300 毫米 16 开本 15.5 印张 182 千字

2013 年 10 月第 1 版 2013 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 30.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话:010-62752024 电子信箱:fd@pup.pku.edu.cn

前 言

我国的教育事业在应对 21 世纪的挑战中,更新教育思想和教育观念,改革教育内容和教育方法,是一个迫切需要探索和研究的课题。青少年性心理与性危机干预研究就是这样一种有价值的探索,它的直接目标是青少年的性健康,终极目标是青少年身心的全面健康发展。

近年来,青少年因性心理障碍所造成的偏差行为日益增多,并已成了严重的社会问题,它不仅影响了青少年自身的健康成长,还危及家庭以至整个社会的幸福、和谐和稳定。因此,重视青少年性心理和性危机干预的研究与实践,积极开展性心理健康教育与咨询,关心他们人格的健全成长,已成为家长和教育工作者的普遍共识与迫切要求,这也是心理学义不容辞的职责与义务。性危机干预大起大落的遭遇,说明人类对性问题至今未能找到正确的对待方法,其根源仍是出自对性的无知和错误的性观念,无论是性崇拜、性回避抑或是性放纵的态度,都说明对性本身及其与人类的内在关系所知甚少。正如著名学者唐纳德·A·里德所说:“真正使我们陷于困境的,都是那些我们自己不理解的东西。”因此,我们可以这样认为,对性问题的正视和研究,是社会文明进步到一定程度的产物。不能想象愚昧的社会会对性有科学的解释,也不能想象一个文明的社会能对如此重大的问题置若罔闻。

性科学的研究是从性无知造成的严重后果开始的。其实在

目 录

1 青少年性危机干预概述	1
第一节 青少年性危机干预的概念和历史	1
第二节 青少年性危机干预的意义	8
第三节 青少年性危机干预的目标、内容和途径	23
第四节 青少年性危机干预的专业化	42
2 青少年期性生理卫生保健	46
第一节 青少年期女性生理卫生保健	46
第二节 青少年期男性生理卫生保健	57
第三节 青春期发育异常	63
第四节 青春期其他卫生保健	71
3 人类性心理的发生与发展	82
第一节 婴幼儿性心理发生与发展	82
第二节 童年期儿童性心理的发展	90
第三节 青少年期性心理的发展	92
4 青春期的性心理与性行为	98
第一节 青春期心理的一般特征	98
第二节 青春期青少年性意识的发展	104
第三节 青春期性心理调节	129
5 大学生性心理	159
第一节 大学生心理发展的基本特征	159

第二节	大学生性心理发展的表现	162
第三节	大学生的恋爱心理与行为	164
第四节	大学生性心理卫生与健康指导	172
6	性道德教育	181
第一节	性道德教育概述	181
第二节	性道德教育的必要性	186
第三节	性道德教育的内容	193
第四节	性道德教育的基本要求	201
第五节	性道德教育的途径和方法	209
7	性保护教育	219
第一节	性保护教育概述	219
第二节	性保护教育的内容	224
	参考文献	233
	后记	237

1

青少年性危机干预概述

性生理、性心理教育是现代素质教育的重要组成部分。它能帮助青少年正确了解自己,认识自己,自觉地要求自己,控制自己;它对提高全民族的素质,促进社会主义精神文明,提高青少年的心理承受能力及对不良外界环境的抗受能力,使青少年具有健壮的体魄,健全的心理,符合社会道德的行为规范,顺利度过青春期等都有十分重要的作用。青少年期是个体由儿童向成人的过渡期,也是人生发展历程中一个独具特色的关键时期。与儿童期相比,性成为这一时期极为重要的发展内容和发展主题,成为影响人生进程的重要课题。因此,接受科学、完整、适当的性危机干预,注定是青少年的必修课程。

第一节 青少年性危机干预的概念和历史

一、青少年性危机干预的概念

(一) 性健康教育的几种概念

下面是对性健康教育的几种理解,对青少年性危机干预概念的界定有启发意义。

(1) 性健康教育是对性问题的坦诚的审视——不仅仅是使

性健康教育道德化,或仅仅告知学生适合的性行为。人们常常试图“告知”他人怎样的性行为是适合的。然而,在性健康教育中,合理的态度应是开放而坦诚的。

(2) 性健康教育应该是现实的。我们需要坦诚地、现实地看待今天的性健康教育中所应该进行的和应该覆盖的内容。另外,我们也需要在观念上现实一些,我们所有的个体都是从子宫走向坟墓的性的产物。

(3) 性健康教育起始于父母。最初的性健康教育来自于家庭,而且家庭是性健康教育持续不断的源泉。儿童的问题是怎样提出的,家长是怎样反应的,整个个性问题是怎样处理的,这些问题都是性健康教育内容的一部分。

(4) 非语言的性健康教育至少和语言的性健康教育一样重要(可能更重要)。身教胜于言教,在性健康教育上也是如此。声称已经做好准备去坦诚地与年轻人探讨性问题的人,当被问到手淫的时候却在椅子上扭来扭去表示不安,这已经是在有效地用非语言来进行交流了。生活中我们可以看到许许多多这样的例子,面部语言、身体语言都在作为性的交流形式呈现出来。这也是一种性健康教育。

(5) 性健康教育要准确地处理所提到的身体部位和关心的问题。许多研究表明,社会上存在着大量错误的性信息和神话。准确的性信息有助于消除这种神话。

(6) 性健康教育不同于性咨询,尽管这两个领域有相似之处。性咨询是在咨询者和被咨询者之间的一对一的面谈,而且会有较充分的解决有关性问题的答案。而性健康教育通常和大家在一起进行,一般不直接处理个人的特别问题。

(7) 性健康教育的基本内容应当包括:① 知识,即性生理学、性心理学、性社会学、性伦理学等方面的知识;② 技能,即青少年学生解决青春期困扰、疑惑及问题的实际技能,如怎样建立自信,

如何发泄感情,如何与异性相处等;③ 态度,即对性别的态度和对性的态度,如男孩对女孩的平等态度,对性问题的科学态度,等等。

(二) 青少年性危机干预概念中的关键概念

我们认为,要界定青少年性危机干预概念,必须逐次明确三个概念:青少年、性和健康。

1. 何谓青少年?

青少年包括少年和青年两个年龄段,少年指 12 岁到 15 岁,相当于初中阶段,青年指 16 岁到 25 岁左右,相当于高中和大学阶段,所以,青少年的年龄应界定在 12 岁到 25 岁,相当于中学阶段和大学阶段。

2. “性”指什么?

英国社会学家 S. 德拉梅特认为,性的含义应该是指男性与女性的生物特征。现代医学科学的发展为解释性的物质基础奠定了基础,使人们对性的理解、认识更具有科学性。

首先,性与细胞中的染色体有密切关系。在生殖腺里尚未分化的生殖细胞中,染色体早就有它足以断定性别的依据。其中男女之间有一对染色体是不一样的,女性一方为 XX,男性一方为 XY,Y 染色体比较短小,可以分辨出来,这就是性别在基因上的区别。

其次,决定性的是内分泌腺,它和性心理学的关系是非常密切的。腺分泌一种有激发功能的化学物质称为激素,性特征的形成是由于激素的刺激或抑制的作用,而此种特征的变异也与激素分泌的多少有关,就连个体的体格、情绪、兴趣等也受其影响,故此,内分泌腺系统的平衡与否对维持个体发育、发展平衡所起的作用相对大。

英语中有“sex”还有“sexuality”之说,两者到了中文里都是“性”的意思,但实际上是有很大区别的。哥伦比亚百科全书中对

两者的解释是:sex 通常是指男女两性的性别、两性的生理差异及其特征,有时也指人类生殖繁衍过程中精子与卵子结合、延续后代的过程。sexuality 则指任何含有性暗示的表达以及人类亲密的关系,涵盖了在生理性别影响下的性别定位。由此可见,sexuality 涵盖的面更广:生理上的、心理上的、社会学意义上的、文化领域里的、政治政策上的以及精神领域,如宗教范围内的感性行为。

基于以上的两个定义,性危机干预指的是后者的知识传授,即 sexuality education。性危机干预是贯穿于人类一生的观念发展、态度养成、信念坚守以及价值确认的过程。性危机干预的知识涉及性别发展、生殖健康、人际交往、喜爱与亲密、身体的特征以及性别角色。性危机干预涵盖了生物学、社会文化学、心理学以及精神维度的内容。

有人强调性危机干预中品德为主要的地位。美国著名教育家里克纳是品德为主要的性危机干预的积极倡导者,在道德发展研究和价值观教育领域,其教育思想和方法具有国际权威。他认为,性危机干预是以品德教育为基础的综合教育。不良的性行为和不良的品德是联系在一起的,性危机干预必须致力于塑造青少年的良好品德,帮助他们在对待性的问题上确立健康的品德。里克纳指出性危机干预必须把对孩子进行健全品德的培养当做重要目标。最佳的性危机干预方式是向学生灌输节欲的观念,这种新式的性危机干预能让学生全面发展成为一个尊重他人、自信且能干的人。因为有了节制的观念,他们也就很容易接受把性活动推迟到婚后的意见。从而我们进行的性危机干预才会收到实效,对一些社会问题的解决也是很有帮助的。

3. 健康

1946年世界卫生组织对“健康”的界定是:“身体的、心理的和

社会的完好状态,而不仅仅指无疾病、不虚弱。”^①就心理健康而言,“完好”指心理的完整和良好;“完整”指心理的全面健康与和谐发展;“良好”指正常及正常以上的心理状态和水平,它是人正常或出色地工作、学习和生活的心理前提;“疾病”是低于正常水平的心理状态,它严重影响了人们的生存质量和工作、学习的正常进行;“虚弱”则是介于良好和疾病之间的一种心理状态,姑且称之为心理的“亚健康”。无疾病、不虚弱、完好是心理健康的三个不可分割的要素,心理健康就是这三者的“合金”,缺一不可。心理不健康有三种情况:有心理疾病;心理虚弱;心理不完好。三者可分可合,但只要具备一个条件,就属于心理不健康。现在,关于心理健康的认识误区主要体现在水准偏低和内容单一两个维度上。

第一,水准偏低。认为只要没有心理疾病就是心理健康,否定了“完好”和“不虚弱”在心理健康中不可或缺的地位,无疑降低了心理健康的水准。由此必然得出结论:大多数人都是心理健康的,心理不健康的是极少数。在教育行为上,必然是把心理健康教育主要集中在少数人身上,而忽视甚至放弃对大多数人(不完好者、虚弱者和正常者)的心理健康教育。其危害性结果是,心理健康的人不断有人变成心理虚弱者或不完好者,心理虚弱者或不完好者又不断有人变成心理疾病者。这样,心理健康教育的“拿手”功能——“预防”功能被削弱或剪除了,只剩下了它不太胜任的功能——“治疗”功能。因此,心理健康教育必须坚持“全体性”,要面向全体学生,使所有人都能不断提升自己的心理健康水平或不断减弱不健康的程度。

第二,内容单一。一谈到心理健康或不健康,许多人自觉或不自觉地把它狭隘地理解为情绪、情感问题,从不把智力问题、性

^① 黄世勋. 幼儿健康教育[M]. 北京:中国劳动社会保障出版社,1999. 1.

格问题、毅力问题当做心理健康教育的内容。致使除了情绪、情感之外的大量心理健康问题得不到积极的关注和有效的解决,不利于学生心理健康的全面促成。前面谈到,“完好”是心理健康的不可或缺的重要因素,“完好”中的“完整”是指心理的全面健康与和谐发展,就是说,心理的片面发展也是一种心理不健康的表现,心理健康不仅仅指心理的某一方面的健康,它更指心理的全面健康。所以,心理健康教育必须坚持“全面性”。概括来讲,全面的心理健康教育包括认知、情绪情感、意志、个性等方面。这些方面都存在健康或不健康的问题,如认知方面,“瑞文标准推理测验”把人的智力由高到低分成五级(高、良好、中、中下、缺陷),前三级都属于智力健康,后两级属于智力不健康;情绪方面,长时间的强烈郁闷或兴奋,都属于情绪不健康,而适时适度的情绪反映则是情绪健康的表现;意志方面,一贯的盲目和缺乏坚持性是意志不健康的表现,而在明智选择基础上的执著追求则表明意志健康;在个性方面,低级趣味和懒惰属于个性不健康,而高雅、勤奋则是个性健康的表现。

基于上述分析,我们认为,青少年性危机干预,一般指以学校为主进行的性生理、性心理、性道德和性法制等诸方面与性有关的教育,目标是青少年的性健康。广义的性危机干预包括所有主体(学校、家庭、社会)实施的性危机干预,也包括各种形式(正式的、非正式的)的性危机干预。

二、青少年性危机干预的历史

现代意义的青少年性危机干预于19世纪末20世纪初起源于美国和西欧。在“性解放”文化的催生下,当时出现了严重的少女早孕、堕胎、性病泛滥等现象,于是,美国于1910年开始关注性危机干预问题,到1912年全美教育联合会决定培养中学性危机干预师资,性危机干预工作正式从学校起步。但此后50年内,性

危机干预未得到很好发展。因为,这些性科学知识的普及和宣传,在当时统治者的心目中却是大逆不道的。例如 1929 年 4 月 25 日英国《曼彻斯特卫报》上曾报道一桩诉讼案。该案发生于美国的布鲁克林,被告玛丽·韦尔·丹尼特夫人是一位著名的社会工作者,她 1918 年为教育自己的两个儿子写了一本介绍性知识的小册子。这本小册子曾得到几十位著名医生、教士和社会学者的认可,并通过青年基督教协会发行了几千册,受到社会上的高度评价。但是,布鲁克林的联邦陪审团却判定丹尼特夫人犯有邮寄淫秽文学作品的罪行,判处她 5 年徒刑或 5 千美元罚款。

再如,性学的勇敢开拓者、美国生物学家 A. 金赛从 30 年代初期开始,用 20 年的时间,对美国全国几万名健康男女性进行调查,发表了两大卷报告—《人类男性行为》和《人类女性行为》。但是,这样有价值的研究却遭到官方的极不公正对待。当时的参议员 J. 麦卡锡不顾学术界的意见,在参议院通过一项提案,指责金赛及其合作者的研究“没有科学意义;伤害了美国人民的民族自尊心,企图动摇美国人民的道德基础,协助共产主义分子颠覆国家政权”。这一提案使得洛克菲勒基金会于 1954 年停止向金赛等人提供经费,海关当局以“淫秽品”为名,扣押了从世界各国寄给他们的信件。这种状况一直延续到 20 世纪 60 年代中期。

到 20 世纪 60 年代中期和末期,性危机干预在美国社会才得到官方的承认,并已在整个教育中占有一定的位置,例如,在大学开设性危机干预课程,授予性危机干预工作者学位,以及性危机干预学术组织的建立等。但这只是一个开端,从教育系统来看,当时还远远没有形成完善的性危机干预体系。从 60 年代到现在,性危机干预问题在北美,欧洲也越来越受重视。

瑞典是世界上第一个推行青春期性危机干预的国家,早在 1933 年成立了全国性危机干预协会,1970 年性危机干预范围扩大到瑞典所有学校。韩国从 2001 年起,在小学、初中、高中实行

每年 10 课时以上的义务“性危机干预”制。我们的周恩来总理十分重视青少年的性危机干预,早在 1963 年周总理就曾指示医务工作者一定要把青春期的性卫生知识教给青少年,让他们能用科学的知识来保护自己的健康,促进正常发育。1988 年国家教委和国家计生委联合发出《关于在中学开展青春期教育的通知》,1996 年国家教委发出《关于在普通中学进一步开展人口与青春期教育的通知》,通知要求“在普通初中开设 18—24 学时青春期教育课”,这标志着我国的中学性危机干预工作正开始向积极方面转变。

第二节 青少年性危机干预的意义

一、青少年性早熟呼唤青少年性危机干预

世界各国的科学工作者共同发现了一个现象,就是现代的青少年发育年龄有普遍提前的趋势。

世界卫生组织有资料表明:欧洲女孩子月经初潮的平均年龄,已经从 19 世纪中叶的 16~17 岁提前到 20 世纪中叶的 12~13 岁;美国女孩子,50 年前是 15~16 岁,现在是 12~13 岁;日本女孩子,1909 年是 14.1 岁,1967 年提前到 11~12 岁。仅据现有资料表明,我国的青少年青春期发育同样明显加速,女孩子月经初潮的平均年龄,1964 年是 14~15 岁,现在是 12~13 岁。最近调查表明初潮的最早年龄提前到 9 岁。上述这些国家和地区的男孩子首次遗精的平均年龄,也同样提前,但迟于女孩子 1~2 年。

这种现象告诉我们,现代青少年的性成熟要早于上一代,特别是近一个世纪以来,大约每隔 20 年男女青少年发育提前 1 岁。人们把这一现象称为性发育的“加速度”。对这一现象的产生原

因,许多科学家从不同的角度做了研究。有的人提出是因为经济增长,生活条件改善,食物结构变化——特别是摄入更多的蛋白质的缘故;也有人认为,这是受到都市化和信息传播速度加快等现代文明的影响;还有一种看法,认为这是控制人口增长,降低出生率,使孩子从小得到父母更多的关怀所致。尽管看法至今尚不统一,但大家都看到并承认了青春期发育提前这一事实。青春期发育是人人都要经历的生理现象,本不足为怪,但是青春期发育加速提前却是一个值得引起重视的信号,这与青春期教育有着密切的关系。

首先,青少年发育引起生理和性心理发展不平衡的新矛盾。一般来说,青少年生理成熟在先,心理成熟在后,本身是有些不平衡的,但现代青少年的这种不平衡加剧。一方面,他们身体发育提前,小学毕业或最多初中一二年级时,他们的身高已接近甚至超过了父母,像个大人了;另一方面,他们的心理发展又不像生理发展那样加速,他们的道德观、人生观和世界观却还未形成,社会化过程也刚刚开始。

其次,由以上矛盾所引起的个人性要求与社会要求的矛盾。一个人性机能成熟以后必然会产生性的要求,有强烈的性冲动,这是人的生物的自然本能。但是人并不完全受这种本能支配。在长期的进化发展过程中,人类社会逐步建立起一整套道德的、法规的规范,将原始人类的性冲动纳入社会制约和道德制约的轨道。这是社会文明的一大进步,将文明人性行为逐步改变成一种含有各种理智和情感的因素的非常美好的事情。所以一个性成熟的人应该懂得如何正确处理个人性要求和社会要求的矛盾,使性冲动与性抑制处于一个基本平衡的状态。以往青少年的性成熟晚,而结婚又早,中间的时间短,所以,矛盾并不突出。尽管封建社会设男女之大防,对男女关系的控制十分严格,但“及时的婚姻”作为一项社会政策,保证了青少年性欲的正常宣泄,客观上也

有利于社会秩序的安定。但现代青少年则不同,一方面,他们的青春期发育大大提前,另一方面,结婚的年龄却大大推迟,这就使得被国外心理学家称为“性的失业期”的中间时期延长,使得性冲动与性抑制之间的矛盾更为突出。这种不平衡可能产生三种结果。第一种是受到好的教育和社会影响,使性欲得到升华,性心理发展也很健全,培养出了良好的性道德;第二种是受到社会环境中的不良因素的影响,抑制能力差,走上性失误甚至性犯罪的道路;第三种,既有强烈的性冲动,又受到强烈的抑制,心理矛盾大,未得到及时、正确的指导,性心理发育异常,出现性变态等情况。我们当然期望青少年都能达到第一种结果,尽量避免出现第二和第三种结果。因此,我们有必要开展性生理性心理教育,以应对现代社会青少年发育提前所产生的矛盾。

二、我国国情需要青少年性危机干预

我国封建性道德传统观念影响很深,同时国外的性泛滥又进入我国,青少年面临十字路口,青春期教育对我国有着特别的重要性与紧迫性。

我国是一个封建社会历史较长的国家,几千年封建社会的历史,形成了一整套严密的、残酷的关于性的封建道德观念,并且成为整个封建统治的一个组成部分。封建的贞操观、节烈观根深蒂固,长期以来的封建性传统观念对人们的影响也很深。其中之一便是对于性的问题,不能公开议论。因此导致我国长期的性禁锢、性神秘和性盲,产生了一系列不良的后果。

如果说青少年青春期发育加速提前所带来的矛盾,是影响青少年健康成长的内因的话,那么,现代社会环境则是他们的外部条件,社会环境对人的影响是绝对不能忽视的问题。

案例

第一次月经和遗精的无知

一位16岁的女生说：“记得我10岁时的一个晚上，一觉醒来发现自己内裤湿漉漉的，以为自己尿裤子了，再一摸黏糊糊的，吓了一跳。以后，每当发生这样的事，我几天内都会在不安和羞愧中度过。”一位母亲说，那天我女儿神情异样地抱着我说：“妈妈，我快要死了。”然后就万分绝望地哭。我吓得惊慌失措，不知女儿发生了什么事。再三追问，才知道女儿第一次月经来潮了。

一位大学四年级男生是这样描述他第一次发生遗精后的心理压力的：“我第一次遗精时，做了一个‘黄色’的梦，醒来后紧张得要命，觉得自己已经变成‘流氓’了。之后很长一段时间，我都在这种痛苦的自责中反省，不敢跟同学讲，看见女同学更不敢说话，最后的结果是成绩下降。我想我的父母到今天都没意识到，当初要是他们稍稍引导引导我，也不会这样。”

摘自：中国基因网，2003-02-22。

怀孕的少女

成都一位母亲带着自己14岁的女儿芳芳(化名)走进了成都市妇幼保健院。医生检查发现，芳芳怀孕已5个月了。对于自己怀孕一事，芳芳说她压根儿就不知道，是妈妈无意中发现的。据芳芳母亲讲，芳芳学习成绩一直都不错，平常很听话，是个乖孩子，芳芳是和同班一位男同学“那样了”。当医生问芳芳是否知道和男生性交会怀孕时，她不断摇头。当记者问她在学校或家里是否接受过性危机干预时，芳芳满脸茫然。医生立即为芳芳实施了手术，医院妇产科主任说，每次她做这样的手术时，心里都在滴血，她永远也忘不了像芳芳那样惊恐无助的少女的脸。

该医院妇产科主任说，另一位14岁的学生文文已经是今年第二