



父母
如何与
孩子

谈性说爱

林蕙瑛 著
晏涵文 导读

九州出版社

父母如何与子女 谈性说爱

林蕙瑛 著
晏涵文 导读

九州出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母如何与子女谈性说爱/林惠瑛著. —北京:九州出版社, 2002.7

ISBN 7-80114-812-6

I. 父… II. 林… III. 性知识-家庭教育 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 045955 号

著作权合同登记号:图字 01-2002-2337

本著作由幼狮文化事业股份有限公司正式授权出版

封面设计:申哲宏

责任编辑:孙红梅

父母如何与子女谈性说爱

出版:九州出版社(北京市海淀区万寿寺甲 4 号)

邮编:100081 电话:68706226 68706018

经销:全国新华书店

印刷:河北大厂回族自治县第一胶印厂

开本:850×1168 毫米 1/32

印张:5.625

字数:100 千字

版次:2002 年 7 月第 1 版 2002 年 7 月第 1 次印刷

书号:ISBN 7-80114-812-6/G·285

定价:12.00 元



自序

林惠瑛

一位高中女老师被正就读于高中的女儿问及父母是如何“做爱”的，母亲立刻满面通红，不知如何作答，但又觉得自己有义务解决女儿的疑惑，便采取缓兵之计，说“让妈妈想一想再告诉你”。于是她煞有介事地跑去向女同事周老师求援，可是，周老师一时也傻了眼，是的，父母该如何回答这类问题呢？

周老师找到六本有关男女生理结构及性反应的书籍，交给同事要她好好研读后，给女儿一个正确而恰当的答案。那位母亲翻阅了一个晚上，还是不知道说些什么，第二天居然将书交到女儿手中，要她自己去看。

由以上这个实例，可以看出在亲子之间是很难开口谈性说爱的，为什么呢？因为中国人长期对性的压抑与忌讳，使得性话题成为一种禁忌，而作父母的也从未被教导过应该如何与子女谈论这类问题，致使面对这类问题时，经常手足无措，难以启齿。但是现今的小孩却不同以往了，他们自电视及书报杂志中常常接触到良莠不齐的性教育，由于年龄的限制，性知识不足。如果青少年能

向父母发问就很不错了，父母理应趁此机会，教导子女们如何树立正确的性观念与性态度。

上述实例显然是女儿对“做爱的事”很好奇，在不好随便问别人的前提下，只能请教最亲密的妈妈，但母亲却态度扭捏，她明明知道做爱是怎么一回事，又有书可供参考，却无论如何也开不了口，害怕一开口就有袒裨裸露的感觉，所以硬将书塞给女儿。就是因为不懂女儿才要问，妈妈却不说明，这件事本身已表示父母认为做爱是件不可告人的事，于是，以后女儿不但会继续胡思乱想，大概也很难再向父母发问了。作父母的当然不能只靠学校老师来进行性教育。

我在大学开设性教育课程（两年前更名为人类性学），刚开始时学生们不敢将封面印有斗大“性教育”三个字的教科书抱在手上，怕路人以异样眼光看他们，因此不是将课本放在书包中，就是加上封套。但是几年下来，同学们发现课程内容非常实用，大家不仅有了正确的性观念及开放的性态度，健康的性心理，而且帮助自己与伴侣和谐相处。因此，在大家口耳相传下，使每学期登记欲选课的同学超过百人。由此可知，性教育对于青年学子是多么重要。



性态度的改变及性知识的吸收是需要时间的，作父母的当然不可能立刻从避讳谈论变为畅所欲言，他们必须先了解到对子女进行性爱教育的必要及紧迫性。而这本《父母如何与子女谈性说爱》，包含了四十个案例，都是非常生活化及具趣味性的。我希望能借助这本书来引发父母们的兴趣，确立性教育需求的认知，开始与孩子们在性爱、感情、婚姻等话题上，展开语言互动及深度思考，帮助他们成长，也促进亲子关系。



导 读

晏涵文

长期以来，“性”被视为肮脏、可耻、难以启齿的禁忌。然而，随着社会风气日趋开放，“性”已被逐渐端上台面。e时代的青春心事与性事是让父母与师长最感棘手的问题，因为“性”不仅是人生的重要课题，两性关系更是人际关系中极重要的一环，它不仅攸关个人的身心健康，且影响着社会秩序及安宁。

这些年来，许多青少年因对性的无知、误解、偏见，造成未婚怀孕、堕胎、性侵害、性病与爱滋病等人数日益增多，而导致不健康的人生、不愉快的婚姻与不美满的家庭，更为增加，处处显示他们普遍缺乏正确的性知识、健康的性态度与合宜的价值判断。

笔者长期致力于台湾性教育的推广，深感性教育几近一片荒漠。尤其前几年震撼社会的中学校园产子、情杀事件等，皆表明因对两性交往的教育十分缺乏，使许多人在感情的路上饱受挫折，甚至伤害。国内外相关研究都显示，青少年婚前性行为的比例正逐年增高，由这个趋势便可了解，年轻朋友在与异性交往时，并未充分

了解亲密情谊的真义，以致不乏“以性来验证爱”的情况。

其实，性教育不只包括解剖和生殖器方面的知识，也不只局限于青春期的教育，应同时强调有关两性间亲密关系的发展与指引。一个人整个生命发展成健全并富有创造力的个体，与“性”有着非常密切的关系，所以性教育应由出生开始，终其一生，是一个长远、系统的计划。它以生物学中的两性生理为基础，加上人类的性反应、怀孕、避孕等相关知识，同时也涵盖性心理发展、性别角色；病理方面的爱滋病、性病、异常性行为；伦理方面的婚前交友、约会、恋爱、择偶、亲密关系；婚后的夫妻调适、性生活及社会环境，如媒体、文学、法律等范畴。

过去父母多将性教育的教导工作丢给学校，殊不知他们因此而将身为父母的职责之一，及最佳的亲子互动机会拒于门外了。近年来，社会各界的性知识、性态度与性行为均已发生重大变化，因此，现代的父母也面临前所未有的挑战，对于下一代的新新人类到底该怎样做，是他们心中最迫切和待解决的问题。

现今许多父母在心理上已知性教育是重要的，并觉醒到自己应负起这个责任，然而他们大多成长于较保守



与传统的年代，受到过去经验的影响与限制，在“性”这件事情上，自己本身信念模糊、知识不足、态度不正确，因而造成对“性”的相关话题不好意思开口，及不知道要怎样说而惶恐不已。然而父母虽然嘴巴不说，有关“性”的教育却已在日常生活中不知不觉地影响了子女，透过替他们挑选玩具、衣物，及面对性话题时的态度与反应，孩子会了解到你的看法，并决定日后是否还要继续与你沟通性话题，子女可能借此也学习了你的处理方式。

根据许多研究指出，父母不愿或不敢进行性教育的原因之一，是本身缺乏相关知识，害怕说错或被子女问倒，其次是不知该教什么及何时开始，关于这些问题，最有效且直接的方法是找到一本好书充实自己，并借以修正自己对性的态度。

今日欣见《父母如何与子女谈性说爱》这本手册的出版，提供了父母必备的知识及应对方法。作者林惠瑛女士，是颇负盛名的爱情婚姻咨商专家，在家庭咨商与心理辅导方面，有丰富的学理与技术，加上流畅的笔触，更为知名的专栏作家。她以多年推广性教育的实务经验撰写本书，深入剖析新新人类常面临的两性问题。全书四十篇，举凡性的生理、心理、伦理、病理、社会等相关议

题都涵盖在内，并非纯粹以理论说明，而是每一篇均以
一个故事、案例为开端，继之呈现问题的来龙去脉，剖析
问题症结后，提出精辟的分析与辅导原则，最后再提供
父母几则实务上的解决之道。尽管个案因个别差异及情
境不同，而有不一样的处理方式，但其基本精神与处理
原则仍是相同的。

本书四十篇内容，可概略分为几个层面：

一、生长发育：包含男、女第二性征的困扰、自我形
象、生殖器官大小、自慰等问题。

二、亲密关系：接吻、裸体、口交、性交等专有名词的
探讨与说明。

三、两性交往：两性互动、暗恋、老少配及婚前亲密
行为的拿捏尺度。

四、次文化：网吧、青少年用语、情趣用品、色情光碟
等现代资讯下的新产物。

五、性的社会问题：同性恋、爱滋病、偷窥、性骚扰及
性传染病的认知与因应之道。

六、其他：包含性态度、性疑惑、父母教养子女的双
重标准、姐弟同房等价值观的检视与澄清。

因应孩子的成熟度与环境的变化，自然会有不同的



性问题产生，因此父母也需要有不同的应对之道。透过故事陈述，读者不仅能融入情境中，也可更有效的吸收这些技巧与方式。最可贵的是书中提供不少确实可行的做法，除附录有初级、中级、高级的性知识评量外，更逐题详尽解析，相信这对身为父母的你，助益一定很大。

人类最大的好奇心、安全感和满足感都来自充满爱的家庭，孩子是因着父母有性而创造出来的，双亲在性教育中扮演着独特的角色，子女的性态度更是深受其影响，父母若能提供合宜合时的性教育，对小孩的影响绝对会超过同侪及媒体。毕竟孩子最容易吸收与获得知识的来源是自己的家庭，深爱子女的你，又怎能放弃自己的权利与义务呢？

过去我们说了“保持距离，以策安全”，不教小孩，他就不会知道。然而许多电影、广告内容、闭路电视、色情书刊等，不可能再让子女“保持距离”。他们的学校和生活环境中，有许多与异性相处的机会，过度约束，反而造成他的反抗心理。然而，性教育并不是一次对话，或学校一堂课就能完成的，惟有父母本身具备正确知识，拥有开放的心胸、态度、诚意与真挚的关爱，才能教导孩子健康的面对“性”；也只有用正确的心态去接纳子女的异性

交往,让他学习在互相尊重的情况下,保护自己、尊重对方,才能为将来的婚姻做最好的安排。

内容简介



林蕙瑛 是台湾著名的性教育专家。她在本书列举40个案例，指导父母怎样对子女进行“性”教育，提供了父母必须掌握的有关知识原则和方法。全书内容丰富，案例生动活泼，极富人情味，是一本既健康又有实用意义的“性”科普读物。

2003/11

作者简介



林蕙瑛

台湾资深婚姻询商专家，加拿大多伦多大学询商心理学博士，现任台湾东吴大学心理系副教授、性教育协会副理事长、杏林性询商诊所婚姻询商师，为多家报章杂志撰写情爱、婚姻专栏，著有《EQ创意—老师的感情故事》、《问情、问爱、问性》等十余本著作。

责任编辑：孙红梅

封面设计：申哲宏



自序 1

导读 (晏涵文) 1

青春期的烦恼

吾家有男初长成 1

迎接“好朋友” 4

女性如何自慰? 7

长相“抱歉” 11

尺寸大小 15

隔墙有眼 19

让我们一起看戏 23

麻辣教师 26

吃菜花长菜花 30

自己安慰自己 34

苦涩的禁果 37

双重标准 41

有口难言 44

亲密关系

口交的迷思 51

当街拥吻 53

春声恼人 57

做爱做的事 60

做那种事 64

我不是“色鬼”! 67

爱你在心口难开 72

春色无边 76

同性恋 79

情窦初开 82

两“性”讲义团体

的困扰 86

打翻醋坛子 90

老少配	93	保险套大公开	134
二十一世纪黑死病	97	光碟的震撼	138
请尊重我,别伤害我		情趣食品	141
袭胸风波	103	天下父母心	144
雨衣怪客	106	附录	
咸猪手	109	初级性知识	151
同房而眠	114	中级性知识	154
情色二三事		高级性知识	158
令人尴尬的礼物	121		
吹皱“春水”	124		
色情片背后的隐忧	127		
谁是罪魁祸首?	131		

吾家有男初长成

妈妈的怀疑

小明从小到大都很好动，经常在外玩得一身泥、满身汗回家，进了房间衣服东脱一件，西丢一件，妈妈伤透了脑筋，于是在他房内放了一个藤篮，要他将换下来的衣裤放进去，好让妈妈每天拿去洗。

升上初二后，有好几次妈妈看到篮内空空的，心想孩子怎么那么脏，衣裤也不换，或者又故态复萌，满房间乱丢。找了半天，最后在洗衣机内发现小明丢了一堆衣物进去，觉得很纳闷，忍不住问他：

“小明，你为什么不把待洗衣物放在篮内，害得妈妈找了半天！”

“我现在长大了，可以自己把衣服丢到洗衣机内，以后不用再麻烦你了。”小明回答时，眼睛却不敢正视妈妈。

妈妈听到此话，又高兴又惊讶，欣喜孩子长大了，但又觉得他说话的口气与表情怪怪的，于是偷偷自洗衣机内拿出小明的内裤，有些地方因湿黏而皱在一起，妈妈这才明白小明为什么要自己将衣裤丢进洗衣机内了。