



# 青少年性健康教育新概念

主编：王建民 尚建杉 张红军



西藏人民出版社

## 目 录

## 第一篇 学生性健康教育的涵义

|                          |      |
|--------------------------|------|
| 第一章 什么是性健康教育 .....       | (3)  |
| 第二章 性健康教育的目的、目标和任务 ..... | (6)  |
| 第一节 青春期性健康教育的目的 .....    | (6)  |
| 第二节 青春期性健康教育的具体目标 .....  | (7)  |
| 第三节 青春期性健康教育的任务 .....    | (9)  |
| 第三章 性健康教育的基本原则 .....     | (10) |
| 第一节 从实际出发的原则 .....       | (10) |
| 第二节 师生关系民主性原则 .....      | (11) |
| 第三节 性知识与性道德教育相结合原则 ..... | (12) |
| 第四节 课堂教学与课外活动相结合原则 ..... | (12) |
| 第五节 适时、适度、适当原则 .....     | (13) |
| 第六节 不激发性欲的原则 .....       | (14) |
| 第四章 性健康教育的基本方法 .....     | (17) |
| 第一节 课堂讲授 .....           | (17) |
| 第二节 读书指导 .....           | (17) |
| 第三节 感情升华 .....           | (18) |
| 第四节 组织主题班会 .....         | (19) |
| 第五节 心理咨询 .....           | (20) |
| 第六节 案例探讨 .....           | (22) |



ACB78/03

|                 |      |
|-----------------|------|
| 第七节 关键故事 .....  | (24) |
| 第八节 集思广益 .....  | (25) |
| 第九节 小组讨论 .....  | (26) |
| 第十节 完成句子 .....  | (27) |
| 第十一节 辩论 .....   | (28) |
| 第十二节 特邀演讲 ..... | (29) |

## 第二篇 性健康教育的基础理论

|                         |      |
|-------------------------|------|
| 第一章 性健康教育的文化学理论 .....   | (33) |
| 第二章 性健康教育的教育理论基础 .....  | (35) |
| 第三章 性健康教育的心理学理论基础 ..... | (38) |
| 第一节 人生发展心理学 .....       | (38) |
| 第二节 各学派的性学观 .....       | (46) |

## 第三篇 性健康教育与完美人生

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 第一章 性健康教育的历史和存在问题 .....  | (73)  |
| 第一节 性健康教育历史溯况 .....      | (73)  |
| 第二节 性健康教育中存在的问题 .....    | (74)  |
| 第三节 性健康教育的层次 .....       | (78)  |
| 第二章 学校开展现代性健康教育的原因 ..... | (94)  |
| 第三章 终身发展和性健康教育 .....     | (96)  |
| 第四章 性健康教育的意义 .....       | (102) |
| 第一节 性健康教育的必要性 .....      | (102) |
| 第二节 性健康教育的重要性 .....      | (105) |

|     |           |       |
|-----|-----------|-------|
| 第三节 | 性健康教育的复杂性 | (107) |
| 第四节 | 性健康教育的艰巨性 | (113) |

## 第四篇 国外学生性健康教育

|     |                    |       |
|-----|--------------------|-------|
| 第一章 | 美国的性健康教育           | (119) |
| 第一节 | 美国性教育的历史回顾         | (119) |
| 第二节 | 美国性教育的社会背景         | (121) |
| 第三节 | 关于性教育的理论           | (123) |
| 第四节 | 美国性教育的实施情况         | (126) |
| 第五节 | 美国学校性教育的任务原则、方法与内容 | (127) |
| 第六节 | 美国学校性教育存在的问题       | (131) |
| 第七节 | 性教育教师的资格           | (134) |
| 第二章 | 日本的性健康教育           | (137) |
| 第一节 | 日本的性教育历史           | (137) |
| 第二节 | 日本性教育讨论            | (139) |
| 第三节 | 日本社会环境对青少年的影响      | (142) |
| 第四节 | 日本性教育的内容和实施情况      | (145) |
| 第五节 | 日本性教育教师的经验和教育效果    | (150) |
| 第六节 | 日本性教育现状和问题         | (152) |
| 第三章 | 原苏联的性健康教育          | (154) |
| 第一节 | 原苏联的性教育历史          | (154) |
| 第二节 | 关于性教育的理论           | (156) |
| 第三节 | 原苏联的性教育实施概况        | (159) |
| 第四章 | 欧洲各国性健康教育概述        | (166) |

|     |                   |       |
|-----|-------------------|-------|
| 第一节 | 原联邦德国的性教育状况 ..... | (166) |
| 第二节 | 荷兰的性教育状况 .....    | (169) |
| 第三节 | 丹麦的性教育状况 .....    | (170) |
| 第四节 | 瑞典的性教育状况 .....    | (173) |
| 第五节 | 波兰的性教育状况 .....    | (176) |

## 第五篇 我国的性健康教育

|     |                          |       |
|-----|--------------------------|-------|
| 第一章 | 我国性健康教育的基本历程 .....       | (183) |
| 第一节 | 倡导阶段 .....               | (183) |
| 第二节 | 兴起阶段 .....               | (184) |
| 第三节 | 发展阶段 .....               | (185) |
| 第二章 | 我国性健康教育现状 .....          | (188) |
| 第一节 | 内地的性健康教育概况 .....         | (188) |
| 第二节 | 香港地区性健康教育概况 .....        | (197) |
| 第三章 | 我国性健康教育的目标与内容设置 .....    | (215) |
| 第一节 | 性生理教育目标与内容设置 .....       | (215) |
| 第二节 | 性心理的教育目标与内容设置 .....      | (218) |
| 第三节 | 性道德的教育目标与内容设置 .....      | (222) |
| 第四节 | 异性交往的教育目标与内容设置 .....     | (224) |
| 第五节 | 青少年与现代家庭的教育目标与内容设置 ..... | (226) |
| 第六节 | 性行为法制教育的教育目标与内容设置 .....  | (228) |
| 第七节 | 爱情、婚姻与家庭的教育目标与内容设置 ..... | (231) |



|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 第八节 青春期人口教育的教育目标与内容设置 ..... | (233) |
| 第九节 性传播疾病预防的教育目标与内容设置 ..... | (236) |

## 第六篇 中外性问题与新世纪性教育的任务

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 第一章 西方的性解放 .....         | (243) |
| 第一节 “性解放”思潮的萌芽 .....     | (243) |
| 第二节 “性解放”问题的提出 .....     | (244) |
| 第三节 “性解放”思潮的发展 .....     | (246) |
| 第四节 “性解放”的恶果 .....       | (247) |
| 第五节 性解放内涵 .....          | (250) |
| 第六节 “性解放”的社会原因 .....     | (253) |
| 第七节 爱情的轮回 .....          | (256) |
| 第二章 开放与保守之间的性状况 .....    | (260) |
| 第一节 黄色文艺泛滥 .....         | (260) |
| 第二节 贞操论阴魂不散 .....        | (265) |
| 第三章 性罪错 .....            | (277) |
| 第一节 性的困惑与性罪错 .....       | (277) |
| 第二节 性刺激与性冲动 .....        | (279) |
| 第三节 性文化冲突与性罪错 .....      | (282) |
| 第四节 不良传媒与性罪错 .....       | (285) |
| 第四章 日益严重的试婚和早婚 .....     | (288) |
| 第一节 试婚, 其实并不潇洒 .....     | (288) |
| 第二节 早婚, 破土的小苗顶上了露珠 ..... | (292) |



第一篇

教育的涵义  
学生性健康



80年代中期以来,我国部分大城市一些中学开始尝试进行性健康教育。同时,教育理论界也对性健康教育开展了一些研究,然而,十多年过去了,性健康教育尚未在全国中小学普遍开展,性健康教育的若干理论问题还有争议。近年来,虽然出版了不少性健康教育书籍,但多数是适合青少年读者和一般读者的,专门从教育理论角度为教师编写的性健康教育理论书籍尚不多见。

我们认为,学校进行性健康教育像进行道德教育一样,不仅仅是专门任课教师的责任,也是以专门任课教师为主,包括其他所有教师的责任。事实上,尽管目前我国许多中小学尚未普遍开展性健康教育,但非正式的性健康教育(即在日常交往中教师有意无意地所表现出来的对待性问题和异性的态度、行为等对学生的影响)却是大量存在的。正是在这个意义上,我们认为,所有中小学教师都应该懂一点性健康教育理论,以便在实际工作中更好地开展性健康教育。为此,本书讨论的主要问题是:什么是性健康教育,性健康教育的目的何在,性健康教育的理论基础是什么,性健康教育的内容有哪些,怎样开展性健康教育,国外中小学怎样开展性健康教育,等等。这些问题都是我们中小学教师在开展性健康教育时应当弄清和了解的。

## 第一章 什么是性健康教育

开展性健康教育,首先必须弄清什么是性健康教育。目前,国内教育理论界对性健康教育这一概念有两种不同的观点。一种观点认为,性健康教育是学生进入青春期以后这一特定阶段根据其生理心理发展的特点与需要所进行的针对性健康教育,是包括人生观教育、人格教育、理想前途教育、道德法

纪教育等多方面的综合教育。根据这种观点，性健康教育只是性健康教育的一部分。另一种观点认为，性健康教育实质上是青春发育期这一特殊时期的、符合青春特点性健康教育。这里，关键是性健康教育，离开了性健康教育这个核心，就失去了性健康教育的意义。我们认为，两种观点争议的焦点是对性健康教育的不同理解。前一种观点对性健康教育的理解过于狭窄，即认为“性”仅仅是性行为等方面的教育。其实，“性”除了指性行为的生物层面外，还有性的文化、心理和伦理等层面。因此，性健康教育不能仅局限于狭义的“性”上。

为了拓宽视野，我们不妨了解一下国外关于性健康教育的定义。美国一本性健康教育教科书的作者认为，以往对性健康教育没有一个定义。人们现在也无法对性健康教育进行定义。但是，对性健康教育的理解应该是必要的。下面的陈述应该是对性健康教育最低限度的理解。

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所应该覆盖的内容。另外，我们也需要在观念上现实一些，我们所有的个人都是从子宫走向坟墓的性的生物。

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。问题是怎样提出的，亲属们是怎样行动的，整个性问题是怎样处理的，这些问题是性健康教育全部内容的一部分。

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。

我们认为，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。

## 第二章 性健康教育的目的、目标和任务

### 第一节 青春期的性健康教育的目的

学校开展性健康教育，最初是从教育工作的实际需要出发考虑的。有些教育家认为，青春期是人生征途上的一个险关。由于初中生进入了青春发育期，这时，“性的萌动好像一股潜流喷射欲出。生理上的急剧变化，引起了心理上的动荡不安，一向天真无邪、无忧无虑、欢乐明朗的心理被打破了，萌发了对异性的爱慕之情，产生了朦胧的性欲之念，内心时时泛起层层波澜。一种无名的烦躁、苦恼、忧伤、娇羞、多情、善感的情绪，不时袭来，难以平息。”“这种性的萌动往往与混沌迷茫、盲目无知、好奇冒险、不计得失、不顾后果密切相连。一旦遇到外界性的刺激、性的诱惑引爆，就一发不可收拾，‘早春’风云，顷刻变成狂风暴雨。”显然，青春期性健康教育是学校必须正视的一个现实问题。

但是，青春期性健康教育绝不是管束教育，我们不仅要教给学生科学的性知识，培养他们正确的性观念和健康的性心理，并使其具有符合社会道德规范的性行为，而且要通过青春期的性健康教育，使学生建立积极的自我概念、和谐的人际关系，养成良好的意志品质，塑造完整的人格。青春期个体的广泛、深刻的变异，为青少年造就了这一时期在发展上的巨大可能性。仅仅把青春期的变异看做是“险关”、“危险期”是十分片面的，因为，这只看到青春期生理、心理变异所带来的压力及在压力下出现的问题行为的可能性，而忽视了青春期作为学生个性发展的契机。正如北京师范大学丛立新副教授所说的，

“实际上，正由于这些变异的出现和存在，使受教育者对于自身，对于自己与他人之间的关系，对于社会生活各方面的关注都达到了空前的水平，这在客观上造就了教育上的最佳状况。”“在教育活动中，这种状况是可遇而不可求的，抓住时机，充分利用这种状况，在教育上是可以大有作为的”。

根据以上分析，我们同意这种观点，即青春期的性健康教育的目的是与一定国家或社会的教育所追求的教育总目标相统一、相一致的。不过，承认青春期的性健康教育的目的与教育所追求的总目标相一致，并不等于青春期的性健康教育就没有自己的目的。我们认为，青春期的性健康教育的目的不是别的，而是追求性健康。

那么，什么是性健康呢？世界卫生组织对性健康的定义是：性健康是情感中、理智中和社会中的性的诸方面的集成，是积极地丰富和提供人类的相互交往和爱的方法。这个定义已为许多国家的性健康教育实践所确认。通俗地看，性健康就是指健康的性爱观、性意识、性情感、性行为。因为性健康是个体素质的重要组成部分，所以青春期的性健康教育也是当前提倡的素质教育的重要组成部分。

## 第二节 青春期的性健康教育的目标

确立了青春期的性健康教育的目的还不够，还必须建立青春期的性健康教育的目标。国内许多性健康教育专家认为，我国青春期的性健康教育的目标是传授性生理、心理和道德知识，少数研究者认为，技能和态度也是很重要的，因而，它们也应当成为青春期的性健康教育的目标。这里，我们不妨来参考一下别的国家所确立的性健康教育目标。

美国性健康教育专家科比、艾尔特和斯卡尔斯提出了下列

具体的性健康教育目标：

1. 提供正确的性信息；
2. 增长个人性行为的见识；
3. 减少个人性发展和性感觉中的恐惧和焦虑；
4. 鼓励更负责的和更成功的性行为决策；
5. 养成对其他人性行为更加宽容的态度；
6. 促进与家长和其他人在性方面的交流；
7. 培养有关性问题方面的技能；
8. 促进有益的性方面的表达；
9. 把性问题整合到一种均衡的、有目的的生活模式中去；
10. 创建使人满意的人际关系；
11. 减少与性有关的问题，如性病和非意愿的怀孕。

美国性知识和教育协会认为，必须对儿童和青少年进行综合的性健康教育。1990年，该协会召集了美国教育界、卫生界和性学界20位著名专家，组成了全国性健康教育特别工作组。经过一年的努力，编写出《全国性健康教育综合大纲》。其中规定的性健康教育目标（从幼儿园至高中）有四个。

1. 知识。提供关于人的精确知识，包括人的生长和发展、人的生殖解剖和生理、手淫、家庭生活、妊娠、生育、为人父母的知识、性反应、性定向、避孕、流产、性虐待、以及艾滋病和其他性传播疾病，等等。

2. 态度、价值观和洞察力。为年轻人提供了解、探索和评价他们的性态度的机会，以便他们形成自己的价值观，增强自尊心，掌握处理两性关系的洞察力，以及懂得对他人的义务和责任。

3. 人际关系和交往技能。帮助年轻人学会交往技能，包括交流、作出决定、坚持自己的权利和拒绝他人的能力，以及创造融洽的人际关系的能力，等等。

4. 责任。帮助年轻人增强性关系的责任感,包括克制性欲,防止过早的性交,鼓励采用避孕和其他性健康措施等。

上述性健康教育的具体目标中,特别是由美国性知识和教育协会提出的四个目标,体现了性科学和性健康教育专家的集体智慧,对于我国中小学在进行青春期的健康教育对确立性健康教育的具体目标很有启发。

### 第三节 青春期的健康教育的任务

青春期的健康教育的任务是根据青春期的健康教育的目的和目标而确定的。丛立新副教授提出的青春期的健康教育的四项主要任务较为适合,它们是:

1. 帮助受教育者了解青春期的各种变化,认识这些变化的正常性和必然性,以及对于自身成长的主要意义;

2. 引导受教育者形成对于青春期变化所应持有的正确态度;

3. 为满足受教育者在青春期所产生的各种需求提供机会和指导;

4. 使受教育者掌握有利于缓解青春期变化带来的压力,处理各种矛盾冲突,解决各种实际问题所需要的知识技能。

## 第三章 性健康教育的基本原则

性健康教育在一些城市中学开展十多年来，积累了比较丰富的教育经验。同时，一些专门从事性健康教育研究的理论工作者也联系我国性健康教育的实际进行了有益的探索。此外，国外性健康教育的理论和实践也对我国性健康教育具有一定的借鉴作用。据此，我们提出如下一些性健康教育的原则和方法，供从事中小学性健康教育的教师们参考。

性健康教育的基本原则是指进行性健康教育的基本准则，它对教育内容的选择、教育活动的设计、教育方法的运用以及教育效果的评价等都有一定的指导作用。

### 第一节 从实际出发的原则

从实际出发的原则是德育工作的一条基本原则，也是进行性健康教育的基本原则。所谓“从实际出发”，有这样几层含义。第一，教师的性健康教育活动设计要从学生出发。教师所选择的事例，所设计安排的活动内容和形式都必须是学生所关心、所能够接受的，切忌教师“想当然”。只有当学生真正意识并体验到性健康教育课是针对他们的实际需要开设的，他们是课堂上的主人时，他们才可能积极投身到学习活动中，才愿意倾诉心声、宣泄感情。第二，教师必须尽可能地全面了解学生。既要了解青少年性生理、心理发展的一般规律，又要了解个别学生的实际状况；既要了解学生从传媒中所接受的性信息，又要了解他们已经形成的性观念和性行为。强调从实际出发，从根本上说，就是强调要洞悉并进入学生的精神世界，理解他们，做他们的朋友，这样才能引起他们的共鸣，取得他们

的认同。教师的赞成或反对意见，才有可能引起他们的思考而不致被当成不屑一顾的说教。第三，从实际出发，教师还必须反对“本本主义”和教条主义。所谓“本本主义”是指唯书和照本宣科，所谓教条主义是指唯上，上头怎么说就怎么做，这都是当年毛泽东同志所坚决反对的。我国各地经济文化发展水平有很大差异，各地有不同的性习俗和民风，不从这些实际情况出发进行性健康教育，就难以收到良好的效果。

从实际出发这条原则，为教师的创造性设计和实施性健康教育留下了广阔的空间，特别是在当前性健康教育资源还非常缺乏的情况下，在性健康教育理论还很薄弱的情况下，更要从实际出发，创造性地开展性健康教育。

## 第二节 师生关系民主性原则

师生关系民主性原则是从青少年身心发展的规律和教育效果考虑提出来的。青少年进入青春期以后，独立感和成熟感逐渐增强，他们需要别人（包括教师和家长）将自己当做有独立见解，能够自己分析问题、做出判断、处理事务的“大人”。忽视这种变化，一味将其当做命令的对象，极易引起他们的反感、不满或抵触，这是已为教育实践所充分证明了的。同时，青少年的独立倾向和成熟感虽然强烈，但又往往十分脆弱，通常是以极强的自尊加以维护的，一旦遇到挫折，就会封闭心灵，甚至用负面的行为来表达和满足这方面的需求。性健康教育应当对这种独立倾向和成熟感给予肯定，并在此基础上为它们相应的发展开辟道路，因此，有必要建立起民主的师生关系。

建立民主的师生关系，首先要求教师以朋友的身份和姿态出现，才能使学生愿意与之分享欢乐、分担苦恼；才能使学生