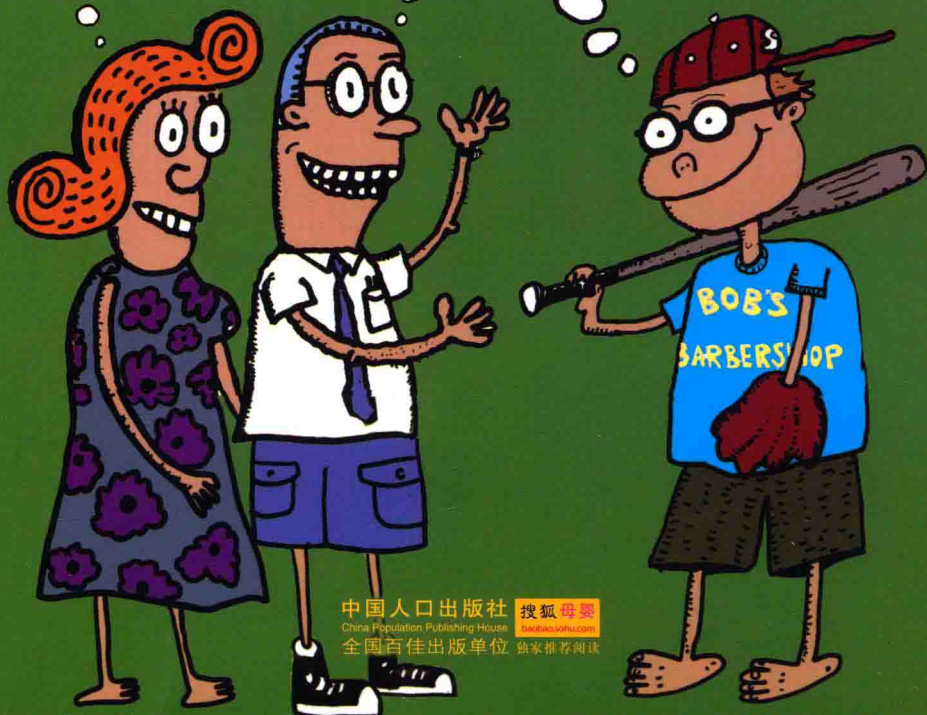


2~12岁 性教育读本

不知如何启齿的爸爸妈妈终于有了一本指导手册

和孩子 谈谈性



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

搜狐母婴
sohoo.sohu.com
独家推荐阅读



性教育读本

和孩子 谈谈性



罗莉·伯金坎/史蒂夫·阿特金斯 著 梁田 译

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

和孩子谈谈性: 2~12岁性教育读本/(美) 伯金坎,
(美) 阿特金斯著; 梁田译. — 北京: 中国人口出版社,
2012.8

ISBN 978-7-5101-1317-8

I. ①和… II. ①伯… ②阿… ③梁… III. ①性教
育—儿童教育—家庭教育 IV. ①G479②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第170923号

版权登记号01-2012-5288

TALKING TO YOUR KIDS ABOUT SEX: FROM
TODDLERS TO PRETEENS: A GO PARENTS! GUIDE
by

LAURI BERKENKAMP & STEVEN C. ATKINS, PSY.D.

Copyright : © 2002 BY NOMAD COMMUNICATIONS

This edition arranged with INDEPENDENT PUBLISHERS GROUP (IPG)
through Big Apple Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright:

2011 Beijing Zhongshanxiangsha Books Issue Center

All rights reserved.

和孩子谈谈性

罗莉·伯金坎 史蒂夫·阿特金斯 著 梁田 译

出版发行 中国人口出版社

印 刷 北京振兴华印刷有限公司

开 本 710毫米×960毫米 1/16

印 张 9

字 数 100千字

版 次 2013年3月第1版

印 次 2013年3月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5101-1317-8

定 价 29.00元

社 长 陶庆军

网 址 www.rkcbs.net

电子信箱 rkcbs@126.com

电 话 (010)83534662

传 真 (010)83519401

地 址 北京市宣武区广安门南街80号中加大厦

邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

写在 前面的话

关注孩子成长的每一步,作为孩子第一任和终生的老师,该书为您提供很好的教材,请正确引导您的孩子,让他健康成长,获得人生所有的宝贵财富!

——世界卫生组织儿童卫生合作中心主任、研究员 戴耀华

此书能帮助我们和孩子一起在成长的每个阶段直面有关性的问题,正面引导,不躲避,让我们的孩子认识自我,了解不同,心智健康地成长!

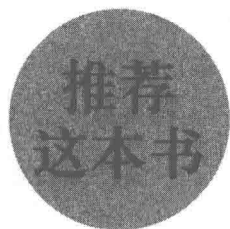
——《我和宝贝》杂志出版人 朱晓灵

《和孩子谈谈性》读起来轻松有趣，作者用孩子们真实发生的故事而引申出来的具体方法，为父母们传递了尊重孩子的性发展规律，帮助孩子懂得并学习遵守成人社会性道德和规则的教育理念。

——中国性学会青少年性健康教育专业委员会副主任委员 胡萍

家里那个小宝贝一天天在成长，对身体的好奇总会让你不知所措，翻翻这本书，带着生理和精神统一的视角，用严谨而充满智慧的三言两语谈谈，把性教育轻松地融进正常生活中去！

——畅销书《胎教，影响孩子未来的神奇手册》作者 菅波



“很多父母都觉得应推荐这本书，该跟孩子聊聊性方面的问题，但是往往都会觉得困惑而不知从何谈起。看看这本书吧，一定会得到很多启发。书里面的内容通俗易懂，活泼有趣，把解决问题的建议、游戏活动和常见问题的答案搭配在一起，帮助父母轻松面对这类棘手的问题。行文处处可见作者的温情和幽默，既尊重家庭教养模式，也考虑到孩子健康发育成长的需求。在如今这个色情泛滥的社会里，孩子们从同伴和媒介传播中获得的信息大多都是错误的，家长们真的很需要这样一本书的帮助！”

——临床心理学博士 《儿童、青少年的不说话疗法》的作者

玛莎·B. s施劳斯

很高兴自己可以先睹为快，罗莉·伯金坎和史蒂夫·阿特金斯的新作《和孩子谈谈性》真的是我读过相关主题的书籍中最棒的一本。这本书几乎涵盖了所有孩子们希望从父母那里了解到的关于性方面的知识，成长过程中的参考建议，孩子们的常见问题以及父母可以帮助孩子欣赏、尊重和保护自己身体的特别建议。两位作者都是教育孩子的专家，书中用提供案例和列出知识点的方式消除父母

在处理与性相关的疑问和隔阂时的焦虑。

——迪士尼电台AM 1310 和AM 1470

《和玛丽聊天的儿童》谈话节目主持人 玛丽·拉米亚博士

送给妈妈们，因为仅仅教给女儿怎样使用卫生棉条并不算是给了她足够的性教育。

——LB

送给所有积极帮助孩子们安全健康成长的父母们。

——SCA

我们 想感谢

首先衷心感谢为本书提供各种有趣的真实爆料的朋友和他们的家庭，是你们，成就了这本书。特别感谢丽萨·法甘、莱斯利·康诺利、苏珊·黑尔、瑞切尔·百诺特和安娜·提柏维克提供的故事、创意、反馈和校订。还要感谢在这个漫长的写作、编辑和成书过程中诺梅德出版社工作人员的辛勤工作和乐观精神。

我非常钦佩史蒂夫的专业水准和他对病人们的奉献精神，真高兴有机会能和他一起完成这本书。最后要感谢理查德、萨沙、诺亚和西蒙，感谢你们的好奇心和你们无穷无尽的问题，更感谢你们在妈妈无数次地说：“孩子们，我正在写的这本书需要你们回答几个问题”时表现出的令人难以置信的耐心……

——LB

想对这些年来我所有的小病人表达我最深切的谢意。还要感谢我的老师，我从您那里受益匪浅，也感谢您让我分享个人回忆录，使得我在临床实践时医术不断得到完善和进步。您的故事在很多方面都激励我、帮助我更好地成长。

感谢我的朋友们，正是你们这些接受观察的家庭的支持和帮助，本书才得以顺利完成。你们当然知道我在说什么，对吗？还要感谢我的家人，陪我不厌其烦地甄选那些滑稽、尴尬、具有普遍代表性的问题，并时常给出中肯的评价。孩子们总爱做出惊人之举和

说出让大人难以置信的话，正是有了他们，这个世界从此不同。大多数父母们在对小孩进行性教育时，都觉得面临着巨大的挑战和压力，感谢埃里克斯、苏珊以及诺梅德出版社的工作人员，让我们有机会通过这样一本书帮助到更多无助的家长。

——SCA

前言

在阿特金斯博士的儿童心理临床案例中，通常父母们都非常关注怎样做才能保护孩子不受来自各种媒介和其他渠道混乱的性的信息的侵扰。在成人世界中，我们总是不断地在电视、广播或者网络上看到把性作为卖点和令人不堪忍受的低俗的性主题，所以，在父母们想要帮助小孩子接受更多正面的性教育时，常常会感到万般无助。

这本书主要是为了帮助那些想让孩子正确了解性知识却又苦于无法启齿或者无从下手的父母们。读者会发现，其实在不同的年龄段，孩子们对“性”的理解都有着不小的差别。对2岁左右的小孩来说，“性”仅仅意味着理解了性别的不同，这和也许已经有过自慰的经历的12岁孩子比起来，真的是有着天壤之别。而到了3岁，就可以逐渐引导他了解性和性别在生物学角度上的孕育和生儿育女。作者强调了这样的观点：父母是孩子的启蒙老师，尤其在性教育方面。父母的引导决定了孩子在成年后看待性别、性和性征等很多问题的态度。作者同时建议尽早为孩子建立并强化身体隐私的意识，教会孩子区别哪些是善意的触摸，哪些是恶意的触摸，并明确告诉孩子，性行为仅限于成年人。

书中的案例大多是为了告诉父母，不同年龄段孩子对这个世

界的理解能力，以及在此基础上对“性”理解到什么程度的辅助说明。推荐的游戏活动是提供给父母一些各年龄段孩子适合展开的与性相关的主题的互动形式，在这些活动中，家长可以顺势启发孩子或者找到话题深入交流。书中最关键的理论是只要父母发现孩子有关性的语言行为或者想法时，都要假设孩子“无罪”，也就是说孩子是无辜的。因为现在的社会文化环境中，无论是孩子主动听来的还是有支持的指导时得来的关于性的信息过于混乱庞杂，需要父母像老师一样给予最初的言传身教。

在跟孩子们讨论“性”这个词的含义时，每个年龄段的理解都有所不同，某些话题会非常有效。也许你会发现，作者建议和孩子讨论性的场合、相关的事例以及推荐与孩子沟通的方法，可能和你平时所做的正好相反。所以，我们很乐意鼓励你在教育自己的孩子时，探索出最适合你孩子的方式方法，无论何时，如果你不赞同书中的建议，都可以根据家里的实际情况按自己的方法去教育孩子。

书中使用了部分阿特金斯博士诊所里小病人的真实事例和家长咨询时提出的实际问题。出于对病人的保护，我们虽然得到了病人家长的允许和授权，还是省略了孩子的具体信息。

目录

CONTENTS

父母的观点至关重要

- 👉 为什么要跟孩子谈性/2
- 👉 怎么使用这本书/4
- 👉 怎样才能更好地跟孩子聊天/5

第一章 那是什么呀

- 👉 学步期宝宝眼中的“性”/9
- 👉 认识身体的部位：尽量使用正式名称/10
- 👉 认识性别/12
- 👉 这是我的身体，我想看就看/13
- 👉 我不喜欢在孩子面前裸体，会觉得很不安/14
- 👉 孩子为什么喜欢抚摸自己/14
- 👉 如厕训练的时候/16
- 👉 性别角色扮演：兰博VS卡罗尔布雷迪/17
- 👉 管好自己的身体/18
- 👉 推荐的游戏和活动/19
- 👉 男孩可以做什么？女孩可以做什么/21
- 👉 常见的一些问题/22
- 👉 学步期的孩子期望了解什么/25

第二章 你吃了你的宝宝吗

- 👉 和学龄前的孩子谈性/27
- 👉 总之：男孩就是男孩，女孩就是女孩/28
- 👉 小孩从哪里来？他是怎样到那里去的/30
- 👉 我的孩子压根就不问这类问题怎么办/32
- 👉 孩子提问涉及父母的隐私怎么办/33
- 👉 我在卫生间，请勿打扰！帮助孩子建立关于保护自己身体的底线/34
- 👉 别看着我/36
- 👉 我要和妈妈结婚/37
- 👉 如果孩子仍然喜欢摸自己的隐私部位怎么办/38
- 👉 保护自己的身体：别人不能碰你的隐私部位/38
- 👉 推荐的游戏和活动/39
- 👉 常见的一些问题/42
- 👉 学龄前的孩子应了解什么/45

第三章 哇，真是好恶心

- 👉 6~9岁的小学生在想什么/47
- 👉 大原则：没有规矩肯定不行（就算是圣诞老人也有圣诞老人的原则）/49
- 👉 男女有别：男生、女生的小团体/50
- 👉 孩子们的新发现：身体的多重功能/51
- 👉 开始和孩子聊聊吧/56
- 👉 要学会跟孩子保持沟通/58
- 👉 是时候和孩子谈谈性和其他敏感话题了/59

- 💞 爱就是拥抱和亲吻吗/60
- 💞 新规矩：尊重自己和尊重他人/62
- 💞 推荐的游戏和活动/64
- 💞 常见的一些问题/66
- 💞 6~9岁孩子应该了解什么/70

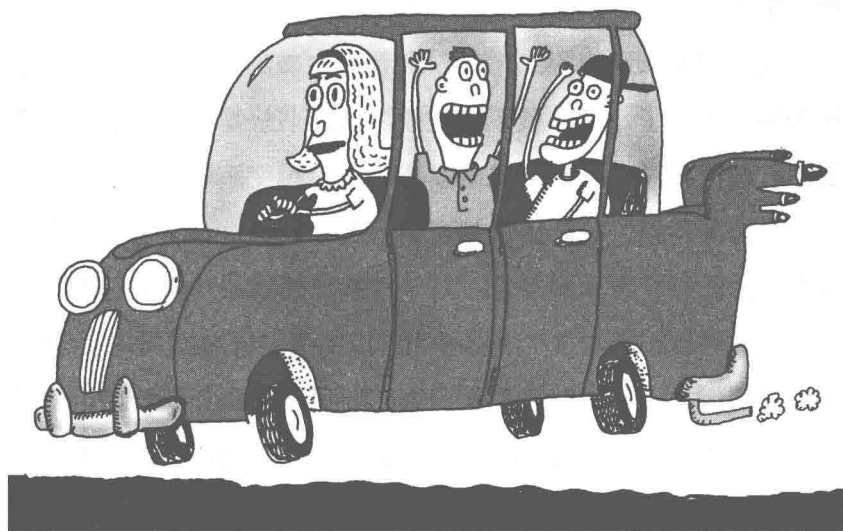
第四章 我不想跟你聊这个

- 💞 高年级小学生怎么看/73
- 💞 原来真相是这样/75
- 💞 什么时候跟孩子讨论“亲热”这件事/77
- 💞 生活场景：我从哪儿来的？父母没有朋友有用/79
- 💞 身体的变化：小姑娘长大了/80
- 💞 告诉孩子月经是怎么回事/82
- 💞 男孩也同样需要关照/83
- 💞 社交原则和身体隐私/85
- 💞 “噢，宝贝”——媚俗的小孩/87
- 💞 不要恶语伤人/90
- 💞 同龄人的压力：好的、坏的和流行的/92
- 💞 改变对话的方法：多倾听/94
- 💞 亲子沟通的心理战术：旁敲侧击/97
- 💞 做他的父母，而不是朋友/99
- 💞 和十多岁的孩子交谈和活动建议/100
- 💞 常见的一些问题/102
- 💞 10~12岁的孩子应该了解什么/105

第五章 有问必答

- 💞 有的放矢地回答问题/108
- 💞 婴儿是从哪里来的？是妈妈拉出来的吗/110
- 💞 什么是性/110
- 💞 能让我看看阴茎放进你身体的哪儿了吗？我能看看我是从哪儿被生出来的吗/111
- 💞 你什么时候“造”的我/111
- 💞 你什么时候会做爱/112
- 💞 要到多大才能生小孩呀，我现在可以生一个吗/113
- 💞 你在哪里做爱呢/113
- 💞 为什么我的阴茎会变硬，什么时候才会软呢/114
- 💞 射精是什么意思/114
- 💞 孩子问及一些听来的关于性交的词汇，想知道是什么意思，怎么办/115
- 💞 什么是同性恋/115
- 💞 我怎么才能知道我是不是同性恋？什么时候才可以知道/116
- 💞 “小鸡鸡”是什么意思？为什么阴茎有这么多叫法/116
- 💞 如果别人的阴茎碰到我的腿，我会怀孕吗/117
- 💞 怎么才能知道我已经可以生宝宝了呢/117
- 💞 什么是月经/118
- 💞 我什么时候会来月经/118
- 💞 卫生棉条是干什么的/119
- 💞 为什么男孩没有月经/120
- 💞 为什么男孩不能生孩子/120
- 💞 什么是避孕/120
- 💞 避孕套是干什么的？我觉得像个气球。什么是安全的性行为？什么是性传播疾病/121
- 💞 男性生殖系统结构图/122
- 💞 女性生殖系统结构图/124

父母的观点至关重要



先讲个故事：有一天，你开车带着7岁的儿子和他的小朋友一起去上足球课。当你们从校园离开的时候，发现背后的几个小家伙很神秘地嘀咕着什么，你觉得很好玩，也想和孩子们分享一下他们的乐趣，就追着问：“你们说什么好玩的事儿呀，也告诉我吧？”你儿子转头向你做个鬼脸说：“我们看见两个人在性交呢！”然后几个小孩兴奋不已，叽叽喳喳聊起这个话题来，听得你差点把车开到沟里去。你做了几个深呼吸，定了定神，故作镇定地问儿子刚才说的话是什么意思。他翻了翻眼睛看着你回答说：“你没看见呀，他们告别的时候又拥抱、又亲吻，简直太傻了！”听到这些你赶紧绞尽脑汁盘算怎么回答，可是没等你想出来，转眼那几个小东西已经在自己的座位上扭打作一团，看起来

再也不想继续这个话题了。慢慢镇定下来之后，你一边开车，一边在心里纠结回家后是应该先打电话给医生还是儿童心理咨询热线，跟人讨论一下这件事。

这个故事听起来很熟悉吧？拿到这本书，你就再也不必为这样的事情担心了。《和孩子谈谈性》这本书就是利用大家都有的常识，帮助你学会循序渐进地跟孩子讨论和交流这个让很多家长难以启齿的话题。每个孩子都有自己的个性，每家父母也都有着各自不同的养育方式和理念，对于性教育的看法和跟自己的孩子谈论这类话题的承受能力也各不相同。这本书的观点是要让我们的孩子了解自己的身体是怎么回事，要尽早和孩子开始谈论与性有关的话题，并且认为这样做对孩子自然健康的成长至关重要。同时它在传递这样的信息：让孩子了解性交是成年人的行为，而不是向他们解释性爱和如何避孕。在阅读的过程中，要随时提醒自己持有这个态度，这样就不会因为自己的好恶影响到接受本书的观点和建议。

为什么要跟孩子谈性

为什么要从孩子很小的时候就开始和他交流有关性的话题呢？或者干脆说，为什么要跟孩子谈性？答案很简单，因为在他们从学校接受正规的性教育之前，很长一段时间内父母给予关于性的最初的教育非常重要，也是孩子最正确、可信的信息来源。想想看吧，也许你儿子的好朋友会经常灌输给他一些乱

