

现在的性教育问题，不是如何“启蒙”  
而是如何加以正确的引导

## 怎样跟子女谈性问题

健康的性教育包括两个方面：

一个是科学的性知识，另一个就是文明的性道德。

性教育  
科普读物



# 子女性教育有方

昕悦◎主编



中国纺织出版社

怎样跟子女谈性问题

性教育  
科普读物



# 子女性教育有方

昕悦◎主编

Zinü  
Xingjiaoyu Youfang



中国纺织出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

子女性教育有方/昕悦主编. —2版.

—北京:中国纺织出版社,2010.11

ISBN 978-7-5064-6710-0

I. ①子… II. ①昕… III. ①性教育:家庭教育

IV. ①G479 ②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第152127号

---

策划编辑:苏广贵 责任编辑:方博昌

责任印制:刘 强

---

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京振兴源印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2010年11月第2版第2次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15

字数:180千字 定价:29.00元

---

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

## 说给家长们的话

一位普通的中学生在接受记者采访时表示：在他们平时的课堂里，性教育无非就是两种情况，第一种是生理卫生课，第二种是政治课。在生理卫生课上，谈到生殖器就讲排泄、反射；谈到睾丸，无非就是减数分裂；谈到性激素就讲激素调节。政治课上的性教育更加笼统，都是一大堆青春期注意男女不要早恋，青春期要保护自己等等。但是怎么都不会讲到诸如“生殖器官的保护”这些话题，绝对不会去讲什么梦遗、禁欲、纵欲、手淫一类我们关心的问题。

在家里，有时当我想跟父母谈“性”的时候，他们也是很厌恶这些事，觉得我学坏了，甚至严厉地制止我说下去，似乎我真的是从天上掉下来的，而不是他们通过“性生活创造的我”，这真是一种悲哀。

的确，作为父母，作为老师，甚至是作为孩子们的长辈，我们不妨扪心自问，我们尽到了自己作为家长的责任没有？

这是摆在所有家长们面前的一个并不算难的“难题”。

众所周知，对孩子们的性教育不仅是一种普及这方面知识的教育，更重要的，这是一种必不可少的人格教育。性教育的最终目的，并不是要传授给孩子大量的性知识，而是要帮助孩子学会以正确的性态度和正确的性行为对待生活。所以说，对子女的性教育是我们作为父母，在培养孩子拥有一个完





整人格时不可或缺的一种教育,是父母必须尽到的责任。

健康的性教育包括两个方面:一个是科学的性知识,另一个就是文明的性道德。性教育的目的是为了让孩子们养成科学的、文明的、健康的生活方式,使其行为符合社会道德的要求。因为,性道德本身就是社会道德的组成部分,只有发扬文明的性道德才会促进社会道德的进一步完善,道德的普及和完善也会同时会使性道德水平加以提高。反之,性道德的缺失也必然导致社会道德的滑坡。而健康的性价值观的普遍建立,也必然使他们的生活更科学、更文明、更愉悦,也必将使整个社会的道德得以净化和提高。

所以,从这一点来理解,性教育所关注的是孩子的整个人,包括他的身体、心理和精神各方面的正常发展,只有从生理、心理、社会、历史、文化、道德和哲学等不同角度来引导孩子学习科学的性知识,培养他们对性的正确认识和正确态度,建立健康的性价值观,才是一个完整的父母应对孩子做到的性教育。

随着社会的变化和发展,当前如何在家庭中开展关于性的教育和德育教育,都面临着新的做法。作为父母,只有不断适应新的形势,勇于面对孩子们的求知欲望,运用新的观念,才能发挥性教育和德育教育的真正作用。

一个健康的家庭性教育有哪些好处呢?

(1)及早教育更容易沟通。对孩子的性启蒙教育应在他们入小学前就已经完成。只有及早地对孩子灌输一些最起码的性知识和保护意识,才能避免孩子因年幼无知而在这方面出现问题。

(2)可以补充学校性教育的缺失和不足。我国性教育体系并不算完善,无论是当前的社会媒体还是学校,都无法按孩子的成长特点及时进行相关的性教育。关键是,只有家庭的性教育才是最容易被孩子接受的,才能确保孩子健康成长,少出问题,并且是对学校这方面教育不足的及时补充。





(3)有利于孩子的身心健康。随着孩子性发育的日臻成熟,青春期的孩子会出现一系列的生理心理反应。作为最了解孩子的父母,及时对孩子进行性教育,孩子才能正确理解、对待、处理这些与性相关的生理和心理问题,这对于促进他们身心正常发展,防止性生理和性心理疾病有着非常重要的意义。

(4)有利于培养孩子的完美人格。及时的家庭性教育会让孩子理解遵守社会公德的意义,有利于对孩子道德品质和人格魅力的培养,使其言行更能理智,更负责任。

(5)有利于预防某些疾病的发生。孩子生殖器官存在的问题,只有父母才可能及早发现。孩子成长过程中,良好的性教育也会培养孩子讲卫生的习惯,并能纠正和规范一些不良习惯,避免因此而导致的身心疾病出现在自己孩子的身上。

(6)有利于孩子的婚姻幸福。婚后的夫妻感情不和与幸福指数过低,很





## 子女性教育有方

---

们最疼爱的孩子身上重演呢？要知道，孩子是我们生命的延续，但是，不要让自己的遗憾也延续在自己孩子的身上。

最后，谢谢您打开这本书，但我们更希望您能仔细阅读一遍，并且在适当的时候推荐给孩子看一下。作为抛砖引玉的一本书，我们希望您如果遇到什么问题，或者有什么感触，可以和我们切磋一下。您提出的问题，或许就是我们下一次修订的内容，毕竟，将这件事做好利国利家呀！

编 者  
2010 年夏





## 第一章 睁开迷茫的眼睛



### ——幼儿期的性启蒙教育

- 3 / 第一节 善待童真
- 3 / 少说美丽的谎言
- 6 / 用合适的方式解答奇奇怪怪的问题
- 9 / 不妨和孩子一起来洗澡
- 12 / 告诉孩子他是怎么生出来的
- 15 / 第二节 性别意识
- 15 / 性别意识的启蒙
- 17 / 性别角色的认同
- 19 / 非性爱的异性好感期
- 21 / 合理引导好奇心,打破性神秘
- 24 / 第三节 性别烦恼
- 24 / 逆反期的烦恼
- 26 / 触摸性器官或暴露性器官的烦恼
- 28 / 属于男童的烦恼
- 31 / 属于女童的烦恼
- 36 / 第四节 性关怀







- 36 / 让孩子尽早认识裸体
- 38 / 解开并纠正孩子的“恋父”或“恋母”情结
- 39 / 转移孩子自慰的兴趣
- 42 / 正确面对、杜绝或减少对儿童的性侵犯

## 第二章 少年欲识愁滋味

### ——少男的性迷惘与性指导

- 47 / 第一节 第二性征
- 47 / 第二性征初现
- 50 / 画在床上的地图
- 52 / 关注同性的身体
- 54 / 性游戏
- 56 / 第二节 困惑降临
- 56 / 声音变得不像我了
- 59 / 乳晕肿胀、有了体毛你别烦
- 62 / 没有出现第二性征该咋办
- 63 / 性欲可怕吗
- 66 / 第三节 成长障碍
- 66 / 偷窥行为
- 68 / 不适当的母子亲近行为





113 / 第三节 少女的秘密

113 / 女孩的私处最脆弱

115 / 了解一下自己的生殖器官

119 / 关于乳房

121 / 月经的由来

## 第四章 青春萌动不可挡

 ——青春期男孩的性保健

125 / 第一节 清纯岁月

125 / 早恋的钟声悄然敲响

131 / 网络虚拟性爱不可迷

133 / 切莫“跟着感觉走”

135 / 不要盲目恋爱

138 / 早熟和晚熟

140 / 帮助孩子参谋是否割包皮

143 / 第二节 男儿有“性”

143 / 春梦缠绵花落寒

146 / 学会克制性冲动

149 / 克服异性交往恐惧症

155 / 让“性”软着陆







- 201 / 和孩子一起谈性
- 203 / 与孩子一起看性知识书
- 204 / 告诉孩子生活的真相
- 209 / 切勿过早涉足性爱
- 211 / 让孩子学会自尊自爱
- 215 / 第二节 呵护自我
- 215 / 性侵犯的界定与预防
- 219 / 受到性伤害怎么办
- 226 / 结束语



## 第一章

# 睁开迷茫的眼睛

## ——幼儿期的性启蒙教育

当纷繁的世界第一次展现在孩子的面前时,家长要及时捕捉住孩子好奇而迷惑不解的眼光,适时拨开孩子眼前的迷雾,解开孩子眼中的迷惑,让孩子多看到些生命的美丽。每一位初为人父母的家长都明白,自己将要花很长的时间,还要用足够的耐心,去教会孩子走路、说话、吃饭、玩游戏……而孩子的第一个笑容,孩子的第一声叫唤,孩子的第一步,孩子的第一句话,孩子的第一次数数,孩子的第一个舞蹈……每次都能给家长带来巨大的欣喜和骄傲。







动的时候,及时、适当地对他们进行性知识的启蒙教育,会让他们自然而然地认识到性、生育、人体、家庭等人生重要概念,以免将来被错误的认识所误导,可以防止健康的性取向被扭曲。

事实上,这个问题,一直是包括我们当年在内的孩子们极关心的问题,作为大人根本没必要回避。现在的孩子大多都比我们想象的早熟,而且他们敏感任性,回避问题只会令孩子对这一过程更有神秘感,更有好奇心,更会以不正常的目光去探寻事情的真相。孩子的一天天长大,他们的小脑袋瓜也一天天变得深不可测,作为父母非常有必要让他明白事情的真相。

尽管绝大多数家长大都懂得这个道理,但在现实生活中却不一定能做到,他们常常编织着各种美丽的谎言来敷衍孩子。有的说是从路上捡到的,有的说是从树丫上结的,有的说是从天上掉下来的……种种回答不一而足,但这些“善意”且愚蠢的谎言总的来说对孩子的健康成长不利。孩子天真无邪,这种美丽的谎言也只能骗得了一时,骗不了一世。

虽然有的人回答比较灵活,但仍然不提倡。比如有一同事的女儿曾这样问同事,同事早有准备:“爸爸给了妈妈一粒种子,妈妈把种子吃到肚子里就怀孕了,然后生下了你。”女儿:“爸爸的种子是从哪来的?”同事想了会儿说:“爸爸从超市买的。”其实现在的子女有很多都懂事较早,这种谎言根本骗不了她。曾经亲眼看到过一位阿姨问她儿子:“儿子,知道你是从哪来的吗?”儿子不假思索:“从你肚子里呗!”“不对,你是有天妈妈经过垃圾箱,听到你哭,就把你捡回来了。”儿子恼了:“我是从你肚子里出来的,你肚子上还有疤呢!”边说边掀他妈的衣服寻找证据。

对于我们这样一个含蓄、内敛的民族,给小孩子讲生命科学知识,妈妈们都有些为难,由于传统观念太深,性的问题一直是一个禁区。虽然“我从哪来”,“我是谁生的”的这些问题着实让家长们头疼,但回避绝对不是办法。