

名家通识讲座书系

□ 胡佩诚 主编

性健康 十五讲

性，人类最神秘隐讳又最难以避免的话题，
自古以来就使人们在渴望了解又羞于打探的平衡木上来回摇摆。

敢于直面并探讨这个问题的人，
从来都是时代的勇士和先锋。



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

中国计生协 主编

性健康 十五讲

中国计生协编
中国人口出版社
（北京）

中国人口出版社



名家通识讲座书系

性健康 十五讲

□ 胡佩诚 主编



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

性健康十五讲/胡佩诚主编. —北京:北京大学出版社, 2009. 10
(名家通识讲座书系)
ISBN 978-7-301-11242-7

I. 性… II. 胡… III. 性健康 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 130727 号

书 名: 性健康十五讲

著作责任者: 胡佩诚 主编

责任编辑: 艾 英

封面设计: 锦绣东方

标准书号: ISBN 978-7-301-11242-7/G · 1981

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> 电子邮箱: pkuwsz@yahoo.com.cn

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 出版部 62754962

编辑部 62752022

印 刷 者: 北京宏伟双华印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

650mm×980mm 16 开本 20.75 印张 380 千字

2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 33.00 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 电子邮箱: fd@pup.pku.edu.cn

《名家通识讲座书系》

编审委员会

编审委员会主任

许智宏(生物学家 北京大学校长 中国科学院院士)

委 员

许智宏

刘中树(文学理论家 吉林大学教授 原吉林大学校长)

张岂之(历史学家 清华大学教授 原西北大学校长)

董 健(戏剧学家 南京大学文学院院长 教授 原南京大学副校长)

李文海(历史学家 中国人民大学教授 原中国人民大学校长)

叶 朗(美学家 北京大学艺术学院院长 教授)

章培恒(文献学家 复旦大学古籍研究所所长 教授)

徐葆耕(作家 清华大学中文系教授)

赵敦华(哲学家 北京大学哲学系主任 教授)

温儒敏(文学史家 北大中文系主任 教授 北大语文教育研究所所长)

执行主编

温儒敏

《名家通识讲座书系》总序

本书系编审委员会

《名家通识讲座书系》是由北京大学发起,全国十多所重点大学和一些科研单位协作编写的一套大型多学科普及读物。全套书系计划出版100种,涵盖文、史、哲、艺术、社会科学、自然科学等各个主要学科领域,第一、二批近50种将在2004年内出齐。北京大学校长许智宏院士出任这套书系的编审委员会主任,北大中文系主任温儒敏教授任执行主编,来自全国一大批各学科领域的权威专家主持各书的撰写。到目前为止,这是同类普及性读物和教材中学科覆盖面最广、规模最大、编撰阵容最强的丛书之一。

本书系的定位是“通识”,是高品质的学科普及读物,能够满足社会上各类读者获取知识与提高素养的要求,同时也是配合高校推进素质教育而设计的讲座类书系,可以作为大学本科生通识课(通选课)的教材和课外读物。

素质教育正在成为当今大学教育和社会公民教育的趋势。为培养学生健全的人格,拓展与完善学生的知识结构,造就更多有创新潜能的复合型人才,目前全国许多大学都在调整课程,推行学分制改革,改变本科教学以往比较单纯的专业培养模式。多数大学的本科教学计划中,都已经规定和设计通识课(通选课)的内容和学分比例,要求学生在完成本专业课程之外,选修一定比例的外专业课程,包括供全校选修的通识课(通选课)。但是,从调查的情况看,许多学校虽然在努力建设通识课,也还存在一些困难和问题:主要是缺少统一的规划,到底应当有哪些基本的通识课,可能通盘考虑不够;课程不正规,往往因人设课;课量不足,学生缺少选择的空间;更普遍的问题是,很少有真正适合通识课教学的教材,有时只好用专业教材替代,影响了教学效果。一般来说,综合性大学这方面情况稍好,其他普通的

大学,特别是理、工、医、农类学校因为相对缺少这方面的教学资源,加上很少有可供选择的教材,开设通识课的困难就更大。

这些年来,各地也陆续出版过一些面向素质教育的丛书或教材,但无论数量还是质量,都还远远不能满足需要。到底应当如何建设好通识课,使之能真正纳入正常的教学系统,并达到较好的教学效果?这是许多学校师生普遍关心的问题。从2000年开始,由北大中文系主任温儒敏教授发起,联合了本校和一些兄弟院校的老师,经过广泛的调查,并征求许多院校通识课主讲教师的意见,提出要策划一套大型的多学科的青年普及读物,同时又是大学素质教育通识课系列教材。这项建议得到北京大学校长许智宏院士的支持,并由他牵头,组成了一个在学术界和教育界都有相当影响力的编审委员会,实际上也就是有效地联合了许多重点大学,协力同心来做成这套大型的书系。北京大学出版社历来以出版高质量的大学教科书闻名,由北大出版社承担这样一套多学科的大型书系的出版任务,也顺理成章。

编写出版这套书的目标是明确的,那就是:充分整合和利用全国各相关学科的教学资源,通过本书系的编写、出版和推广,将素质教育的理念贯彻到通识课知识体系和教学方式中,使这一类课程的学科搭配结构更合理,更正规,更具有系统性和开放性,从而也更方便全国各大学设计和安排这一类课程。

2001年底,本书系的第一批课题确定。选题的确定,主要是考虑大学生素质教育和知识结构的需要,也参考了一些重点大学的相关课程安排。课题的酝酿和作者的聘请反复征求过各学科专家以及教育部各学科教学指导委员会的意见,并直接得到许多大学和科研机构的支持。第一批选题的作者当中,有一部分就是由各大学推荐的,他们已经在所属学校成功地开设过相关的通识课程。令人感动的是,虽然受聘的作者大都是各学科领域的顶尖学者,不少还是学科带头人,科研与教学工作本来就很忙,但多数作者还是非常乐于接受聘请,宁可先放下其他工作,也要挤时间保证这套书的完成。学者们如此关心和积极参与素质教育之大业,应当对他们表示崇高的敬意。

本书系的内容设计充分照顾到社会上一一般青年读者的阅读选择,适合

自学；同时又能满足大学通识课教学的需要。每一种书都有一定的知识系统，有相对独立的学科范围和专业性，但又不同于专业教科书，不是专业课的压缩或简化。重要的是能适合本专业之外的一般大学生和读者，深入浅出地传授相关学科的知识，扩展学术的胸襟和眼光，进而增进学生的人格素养。本书系每一种选题都在努力做到入乎其内，出乎其外，把学问真正做活了，并能加以普及，因此对这套书作者的要求很高。我们所邀请的大都是那些真正有学术建树，有良好的教学经验，又能将学问深入浅出地传达出来的重量级学者，是请“大家”来讲“通识”，所以命名为《名家通识讲座书系》。其意图就是精选名校名牌课程，实现大学教学资源共享，让更多的学子能够通过这套书，亲炙名家名师课堂。

本书系由不同的作者撰写，这些作者有不同的治学风格，但又都有共同的追求，既注意知识的相对稳定性，重点突出，通俗易懂，又能适当接触学科前沿，引发跨学科的学习和思考的兴趣。

本书系大都采用学术讲座的风格，有意保留讲课的口气和生动的文风，有“讲”的现场感，比较亲切、有趣。

本书系的拟想读者主要是青年，适合社会上一般读者作为提高文化素养的普及性读物；如果用作大学通识课教材，教员上课时可以参考其框架和基本内容，再加补充发挥；或者预先指定学生阅读某些章节，上课时组织学生讨论；也可以把本书系作为参考教材。

本书系每一本都是“十五讲”，主要是要求在较少的篇幅内讲清楚某一学科领域的通识，而选为教材，十五讲又正好讲一个学期，符合一般通识课的课时要求。同时这也有意形成一种系列出版物的鲜明特色，一个图书品牌。

我们希望这套书的出版既能满足社会上读者的需要，又能够有效地促进全国各大学的素质教育和通识课的建设，从而联合更多学界同仁，一起来努力营造一项宏大的文化教育工程。

本书主编：胡佩诚

本书撰稿：胡佩诚 迟春霞 吴 元
石文惠 焦 岩 张 骞
李 航 郭 昀

前言

性,人类最神秘隐讳又最难以避免的话题,自古以来就使人们在渴望了解又羞于打探的平衡木上来回摇摆。性其实本来就是人类作为生物存在的一个基本属性的需要,不过随着社会的发展和进步披上了一层不易触碰的心理上的外衣而已。敢于直面并探讨这个问题的人,从来都是时代的勇士和先锋。不过在今天,随着社会的进一步发展,了解性的有关问题,已经是一个现代文明人的基本知识需要了。

我们的这本“十五讲”正是应这样的目的而出。本书汇聚了北京大学医学部的一些教师、医生和相关教育工作人员的心血,从性的解剖开始,逐章详细介绍了性健康的有关知识,既呈现了全球最新的相关研究成果,也探讨了性健康的传统教育思想及对待性的正确态度的问题。

全书约 30 万字,包括性健康概论、儿童期性健康、青春期性健康、青年期性健康、婚姻期性健康、老年期性健康、性生理反应、性心理障碍、自慰专题、同性恋专题、性病专题、性骚扰专题等章节,对人生不同时期的性健康知识进行了介绍,撩开性的神秘面纱,给读者带来对性的问题的全面认识和了解。书中还专门列举了异常的性生理和心理障碍的种种表现,试图解决读者朋友生活上的一些困惑;对一些社会高度敏感和关注的问题,也设了相应的专题。

全书总体上偏重于知识普及,深入浅出是我们坚持的原则之一。一些作者有着较为专业的知识背景,保证了书中所涉及的内容的科学性和准确

性;同时本书不同于一般的医学类专业书籍,我们尽可能用容易理解的语言介绍医学方面的一些知识,达到雅俗共赏的目标,适合作为一般非专业读者朋友的知识普及读物。

本书作者分工如下:迟春霞负责第一讲全部与第六、七、十讲部分的撰写;吴元负责第二、十一讲全部与第三、七、十讲部分的撰写;石文惠负责第八讲全部和第三、六讲部分的撰写;焦岩负责第九、十三讲全部的撰写;张骞负责第五、九讲全部的撰写;李航负责第十四讲全部的撰写;郭昀负责第十五讲全部的撰写;胡佩诚负责第十二讲全部的撰写,并通审了全书各讲。本书中引用了高桂云等人的文稿的内容,在此一并感谢。

由于我们的水平所限,书中难免会出现一些不妥之处,望广大读者提出指正,以便进一步完善。

目 录

《名家通识讲座书系》总序/1

前 言/1

第一讲 性健康概论/1

- 一 性——人类共同的话题/2
- 二 性观念的演变/4
- 三 性科学的发展/7
- 四 性心理的发展特征/11
- 五 性角色的探究/14
- 六 性行为的剖析/17

第二讲 儿童期的性健康/22

- 一 儿童心理的发展/23
- 二 儿童性身份的形成/28
- 三 儿童性欲的特点/34

第三讲 青春期的性健康/41

- 一 奇妙的身体变化/42
- 二 青春期的符号/43
- 三 性意识的萌动/46
- 四 性心理的变化阶段/47
- 五 青春期的性冲动/48
- 六 青春期的心理特征/50
- 七 性压抑的转移与升华/52
- 八 对早恋的解析/55

第四讲 青年性健康/61

- 一 青年性生理的特征/62
- 二 青年性心理的发展/62
- 三 青年性心理的表现/63
- 四 大学生性健康/67

第五讲 人类的自慰行为/85

- 一 “手淫”一词的由来/86
- 二 关于手淫的研究/87
- 三 对于手淫的观点/97
- 四 过度手淫的处理/101

第六讲 婚姻期性健康/104

- 一 婚姻期性心理特点/105
- 二 夫妻间和谐的心理要素/116
- 三 婚姻期与性相关的常见问题/124

第七讲 人类性反应的研究/131

- 一 女性性敏感区——G点/131
- 二 原始生殖器官发育的分道扬镳/133
- 三 有关人类性高潮的研究/134

第八讲 老年性健康/142

- 一 老年的特点/142
- 二 老年人的性心理/148
- 三 老年期性健康教育/152
- 四 老年人性健康常见问题/157

第九讲 浅谈性功能障碍/161

- 一 勃起功能障碍/162
- 二 早泄/172
- 三 女性性功能障碍/177
- 四 影响性欲的十大因素/179
- 五 十种性问题的解决方法/180

第十讲 人类的性心理障碍/183

- 一 何为性心理障碍/184
- 二 性别认同障碍/185
- 三 性对象异常/193
- 四 性行为方式障碍/198
- 五 对性心理障碍的正确态度/204

第十一讲 说说同性恋现象/205

- 一 同性恋的历史沿革/206
- 二 揭开同性恋现象的神秘面纱/213
- 三 关于同性恋原因的种种说法/217
- 四 同性恋者的性心理特征/222
- 五 正确认识同性恋/226

第十二讲 人类的生殖与避孕/230

- 一 性细胞的发育/231
- 二 胚胎的形成/231
- 三 避孕知识/232
- 四 新婚期间宜采用的避孕方法/235
- 五 已有子女的夫妇应采用的避孕方法/236
- 六 不宜服用避孕药的人群/237

第十三讲 关于性骚扰问题/238

- 一 性骚扰的概念及其由来/238
- 二 性骚扰的表现及其危害/241
- 三 性骚扰面对的法律困惑及其调整/245
- 四 性骚扰的预防及其应对措施/251

第十四讲 浅谈性病/259

- 一 基本概念和知识/260
- 二 梅毒/261
- 三 淋病/267
- 四 非淋菌性尿道炎/270

五 尖锐湿疣/272

六 生殖器疱疹/275

第十五讲 浅议性道德/278

一 历史上的性道德/280

二 性道德特征/284

三 性道德标准/286

四 恋爱中的性道德/291

五 青年们具备性道德观念的意义/297

六 性道德的调节手段/298

参考文献/303

第一讲

性健康概论

性——人类共同的话题

性观念的演变

性科学的发展

性心理的发展特征

性角色的探究

性行为的剖析

性是人类与生俱来的本能,也是人类社会繁衍生息和建设发展的基础。正确认识性和性的作用,树立科学的性观念,对人生的发展会有很大帮助。随着人类文明的进步,人类对性健康的研究也迈出了新的步伐。尽管弗洛伊德的理论存在缺陷并受到后人的质疑和批评,但它仍旧是性健康领域一颗璀璨的明珠。两性性心理、性别角色以及性行为的相关知识是性健康的重要内容。

一 性——人类共同的话题

打开窗户说亮话：什么是性

性是我们生命的一个重要组成部分，我们每个人都是性的结果和产物。长期以来，受自然科学和人类文明发展程度的限制，人类对自身了解有限，在性的认知上，存在着把性归结为纯粹的“传宗接代”、“性肮脏”、“性耻辱”等错误的观念，这些无知和谬误的认识困扰着人类自身，甚至引发了许多令人扼腕叹息的人间悲剧。随着人类社会的进步和科学的发展，人们逐渐认识到：性不只是人类的一种本能和人类得以繁衍种族的基础，它至少有三重属性，即生物性、心理性和社会性。

1. 性的生物性

从本质上说，性是男女两性在生物学上的差异及由此引发的一系列性现象。性在生物学上的差异主要表现为男女两性第一、第二性征的差异，即生殖器官的不同、性激素的差异，以及由此产生的两性体态、声音的差异等一系列性现象。这些生物学上的差异，包括遗传学、内分泌学、解剖学和生理学上的差异。

2. 性的心理性

性别是指男女两性在生物学差别基础上的心理上的差异。主要表现为不同年龄阶段的性心理特征，以及成年后男女在气质、情感、性格、智能等方面的差异。性别差异心理学的研究表明，两性在智力的倾向性、情绪的表征性，以及兴趣的指向性等方面存在较大的差异。

3. 性的社会性

我们常说的性别角色，是一个社会学范畴的概念，指的是两性在社会生活中由于性别差异引发的角色差异。它是社会按照人们性别的差异而赋予人们的社会行为模式。“男耕女织”代表了中国传统社会“男主外，女主内”的性别角色要求。然而，随着社会生产力的发展和女性社会地位的提高，这