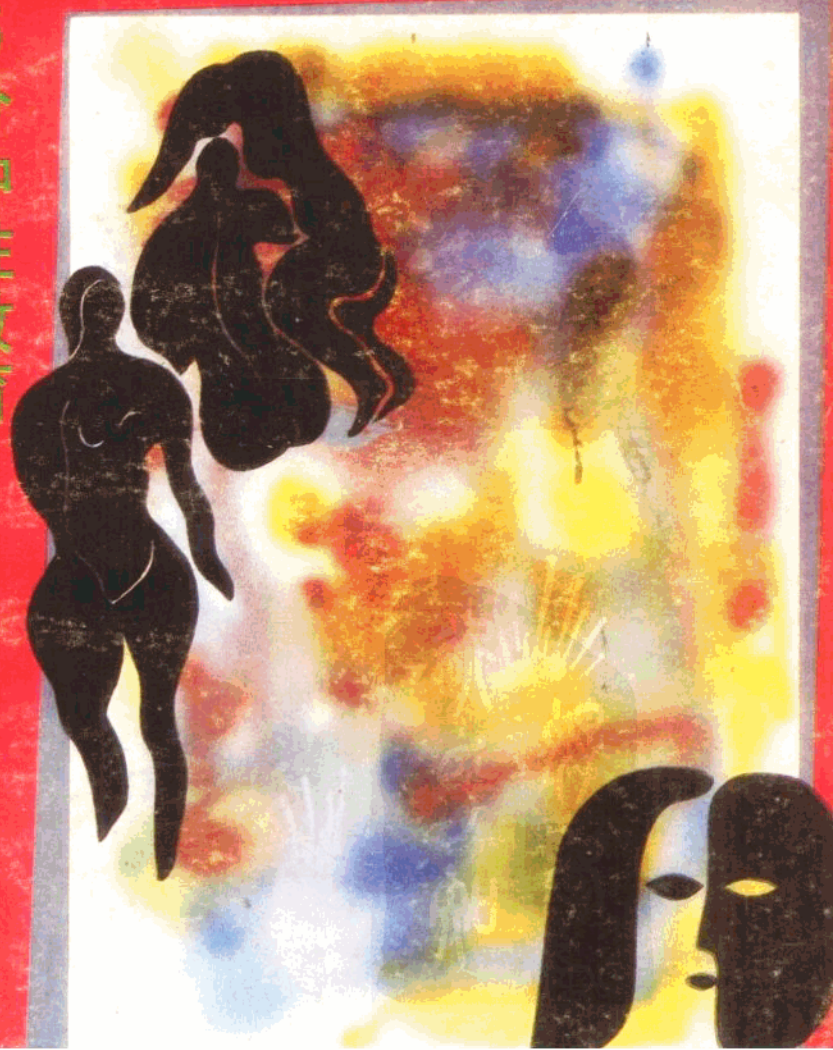


5 分钟 性教育

XINGJIAOYU

性与死
5分钟性教育



四川

你想知道金色少年时期性的异军突起是何原因吗？

你想知道矫健的青春肌体内勃勃情欲是如何流动的吗？

你知道性与生、性与死是如何密切关联的吗？

你想知道青春性的洪潮如何节制与引导吗？

你想掌握同孩子、学生谈论性问题的技巧吗？

那么，你就翻开这部奇书吧！

5 分钟，大有益！

本书是由日本著名性教育专家撰写，熔严肃科学与通俗幽默为一体的佳作。

译者的话

本书分为两部分，即《性与死》与《五分钟性教育》。

《五分钟性教育》由日本儿童性教育专家、东京都小学校性教育研究会副会长武川行男所著，全文富有知识性、趣味性和较大的实用性，并附有很多重要的调查资料，是日本父母对儿童进行性教育的必读物。一九八六年四月初版后同年内即再版五次，是红极一时的畅销书。

《性与死》由日本著名教育心理学家片冈辉和池谷直美(女)合著，全文采取了自由的随谈或对话的形式，涉猎了广博的内容，语言生动亲切，是日本广大教育工作者、父母和儿童的上乘读物，出版后受到热烈欢迎。

翻译此书的目的是为了给我国广大教育工作者和青少年父母提供有关性教育的最新参考资料和实际指导方法。由于国情不同，在参阅本书时，请读者根据具体情况进行取舍。我们相信，本书会给读者、特别是广大教育工作者有益的启示。

本书是由四川外语学院外国儿童文学研究所组织翻译的。参加翻译的有戈非、肖红、刘少纲、叶燕、黄芳、郭美松、刘旭斌、董维忠、周战、李云飞、小阳、胡刚等。全文由王敏校对。由于时间仓促，译文错误难免，敬请原谅指正。

译者

一九八八年五月

目 录

五分钟性教育

第一章：怎样看待现代的性..... 1

- △ 孩子们的性状况
- △ 电视与性
- △ 广告与性
- △ 色情物
- △ 性泛滥的街头
- △ 婚前性交
- △ 同居
- △ 猥亵
- △ 年轻人的性行为
- △ 十多岁少女的妊娠与流产
- △ 同性恋、施虐淫、被虐淫
- △ 被暗中当作猎物的孩子们
- △ 女性解放与性
- △ 现代小孩的性意识与性行为
 - 一年级：民间午；红书包
 - 二年级：撩开裙子；呵，是乳罩；吃醋
 - 三年级：“老师，你有这个吗？”只有女孩佩带的东西。
 - 四年级：喜欢的女孩，有关生理情况；老师的第一次约会。
 - 五年级：从厕所伸出的一只手；“没有怀孕太好了”
 - 六年级：眼睛总不自觉的往那儿看；“让我看看你的腋毛”；主动的女孩子；给老师推荐个女的。

第二章：五分钟性教育的基础..... 33

1. 充分利用五分钟

- 1) 性教育是大家共同负责的事业。
- 2) 性教育是日常性的工作。
- 3) 性教育是持久的工作。
- 4) 在广阔的范围内来看待性教育。
2. 和孩子们的接触。
3. 班级管理中的性教育
4. 教材俯拾皆是。
 - 1) 乱写乱画
 - 2) 杂志上的裸体照片
 - 3) 电视上的性交场面
 - 4) 重新填词的下流歌曲
 - 5) 童话
 - 6) 男与女
 - 7) 列举三大优点
5. 和隔壁的班级一起行动
6. 父母也是老师，孩子也是老师
7. 对进行性教育者的十条要求

第三章：五分钟性教育..... 53

1. 学校里的五分钟性教育。
 - 1) 洋溢着：“谢谢！”之语的班级
 - 2) 决定座次的方法
 - 3) 了解姓名的意思
 - 4) 唱早、晚歌
 - 5) 祝贺生日
 - 6) 推选年级代表
 - 7) 测量体重
 - 8) 在游泳池畔
 - 9) 厕所
 - 10) 贴在墙上的少女画
 - 11) 可爱的一对
 - 12) 胸脯的凸出
 - 13) 虽然身为女人……
 - 14) 小组日记
 - 15) 有缺陷的孩子

- 16) 假若能够再次降生
- 17) 撩开裙子
- 18) 下流的剪贴簿
- 19) 孩子们阅读的杂志
- 20) 下流的乱涂乱写
- 21) 百科事典《医学》卷“性教育”之页
 - 第一小时：男女身体的构造
 - 第二小时：精子和卵子
 - 第三小时：受精
 - 第四小时：性交
 - 第五小时：写出学习感想
- 22) 不想进浴池洗澡
- 23) 马儿母子多友好
- 24) 男的花，女的花
2. 家庭中的五分钟性教育
 - 1) 浴盆
 - 2) 厕所
 - 3) 寝室
 - 4) 家务的分担
 - 5) 照料生物
 - 6) 发型、服装
 - 7) 语言
 - 8) 裸妇的画
 - 9) 电视中的性场面
 - 10) 看见眼前的男女
 - 11) 家庭成员的生日
 - 12) 像父亲
 - 13) 三代人的家庭
 - 14) 婴儿的尿布
 - 15) 死亡
 - 16) 情人旅馆
 - 17) 香皂乡
 - 18) 玩弄性器官
 - 19) 男孩的性

20) 女孩的性

21) 大人的性

第四章：怎样回答孩子关于性的疑问..... 98

回答关于性的问题的五个要点

△ 三言两语的交谈以求得准确的答案

△ 互相凝视着眼睛，光明正大地回答

△ 一边微笑着，一边爽快地回答

△ 把手搭在孩子的肩上温暖地对待他们

△ 展示图画具体地讲解

低年级：

1) 妈妈的乳房为什么那么大

2) 爸爸的雀雀上为什么有毛

3) 妈妈为什么没有小雀雀

4) 亲亲嘴就会有婴儿吗

5) 婴儿是从哪儿生下来的

6) 婴儿在肚子里干什么

7) 为什么会生双胞胎

8) 爸爸为什么不生小孩

9) 为什么想看女人的乳房

10) 我也想接吻

11) 男人为什么要当流氓

12) 为什么隔壁的姐姐不结婚

13) 隔壁家里结了婚为什么没孩子

14) 那狗屁股贴屁股在干什么

中学生：

15) 这裸体的人不害羞吗

16) 性交是怎么回事

17) 妈妈也性交吗

18) 婴儿在肚子里不觉得挤得厉害吗

19) 生男生女怎么决定

20) 为什么不能要小雀雀

21) “小雀雀”变硬了吗

22) 妈妈和爸爸为什么要结婚

23) 所谓色情是怎么回事

- 24) 流氓干些什么
- 25) 包茎是什么
- 26) 梦遗是怎么回事
- 27) 所谓卖淫是怎么回事
- 28) 初潮是怎么回事
- 29) 激素是什么

高年级:

- 30) 变声是怎么回事
- 31) 有了精液就能生小孩吗
- 32) 精子怎样进去的
- 33) 为什么没有结婚也能生婴儿
- 34) 月经痛是什么
- 35) 月经期为什么不能运动
- 36) 我想使用药棉球行吗
- 37) 婴儿的营养是血液吗
- 38) 婴儿不呼吸怎么能活
- 39) 生婴儿痛吗
- 40) 怎么才知道已经怀孕
- 41) 试管婴儿是怎么回事
- 42) 在男人后面进入澡盆会不会怀孕
- 43) 卵巢是什么
- 44) 精巢是什么
- 45) 卵子的结构是怎样的
- 46) 精子的形状是怎样的
- 47) 着床是怎么回事
- 48) 孕妇的呕吐是怎么回事
- 49) 流产是怎么回事
- 50) 打胎是怎么回事
- 51) 遗传是怎么回事
- 52) 同性恋是怎么回事
- 53) 性病是什么病
- 54) 我的雀雀比别的人都大吗
- 55) 为什么不能手淫
- 56) 月经要持续到何时

- 57) 中学生也能生小孩吗
- 58) 爸爸有没有想过干点轻浮的事
- 59) 所谓性感指的是什么
- 60) 女人吃亏吗
- 61) 可以有异性朋友吗
- 62) 为什么不能喜欢一个人

第五章：这种时候该怎么办.....148

- 1) 初潮来得过早的烦恼
- 2) 胸脯发育太好的烦恼
- 3) 为乳晕现象而困惑的男孩
- 4) 担心性器异常的孩子
- 5) 因早晨的勃起而烦恼的孩子
- 6) 为包茎而苦恼的孩子
- 7) 手淫的小孩
- 8) 因月经不调而烦恼的孩子
- 9) 梦遗打湿的裤衩
- 10) 来了初潮的女孩
- 11) 性的好奇心很强的孩子
- 12) 对女性的月经感兴趣的孩子
- 13) 窥伺厕所的孩子
- 14) 嘲笑女孩月经的孩子
- 15) 对性很关心的孩子
- 16) 泰然自若地把性词汇置于嘴边的孩子
- 17) 窥伺大人性行为的孩子
- 18) 异性写来的情书
- 19) 异性中缺乏人缘而沮丧的孩子
- 20) 向往小流氓的女孩
- 21) 身心的不平衡
- 22) 对女老师的裙子下面抱有兴趣的孩子
- 23) 收藏异性裤衩的孩子
- 24) 做出性感的表情和动作的女孩
- 25) 泰然自若地赤身裸体的女孩。
- 26) 有色情杂志的孩子
- 27) 受到性迫害的孩子
- 28) 不相信大人的孩子

第六章：作为课程的性教育.....169

1. 性教育的目的
2. 教学课程和性教育
3. 性教育的内容
4. 指导法与指导者
5. 指导方法的设计
6. 六年级性教育指导方案

第七章：性的资料库.....189

△ 用语解说

1. IUD 2. 神爱与性爱 3. 肛门性交
4. 异种性交 5. 遗传因子 6. 阳萎
7. 阴毛虱症 8. 妇女解放运动 9. 黄色录像
10. A.B.C. 雌激素 11. 口淫
12. 性高潮 13. 黄体激素 14. 割礼
15. 基础体温法 16. 金哲 17. 原始卵细胞
18. 脐带 19. 施虐症 20. 自己性交
21. 青春期 22. 人工受精 23. 螺旋体属
24. 精液 25. 性革命 26. 性别差异
27. 性 28. 性科学 29. 香皂乡 30. 胎盘
31. 药棉球 32. 睾丸酮 33. 同性恋
34. 女性性欲亢进症 35. 窥淫症 36. 巴尔特林腺液
37. 口服避孕药 38. 释物癖
39. 色情物 40. 被虐狂 41. 梦遗 42. 优生保护法
43. 强奸 44. 华氏反应

△ 调查统计：

自己的性认识 性成熟 初潮 初次射精
手淫 异性的朋友 性被害与性加害
性知识 烦恼

谈谈性与死.....210

本书之愿望

本书该写或不该写

※一些无法回答的问题

※美感不可忘

第一章：孩子们面对死亡的时候·····	220
妈妈也要死吗？	
对死的体验在减少	
死是残酷的吗？	
应读《戈德战记》	
倾听死亡所告诉我们的话	
仅成为记号的死亡	
歪曲了的生死观	
正视死亡	
怎样对孩子们谈论死亡	
孩子就死亡问题学到了什么	
我们现在能做的事情	
第二章：怎样对孩子们进行性教育·····	252
在儿子的房间发现性杂志怎么办	
想了解性	
大部分是独自一人时发生的	
生与性相联系	
歪曲了的“性”	
正确地传授	
通过性能看到的東西	
第三章：孩子们生存的时间·····	285
与“时间大盗”作战	
流动于心中的时间	
罗基的红毛毯	
作为收容所的孩提时代	
孩子何时成为孩子？	
孩子终究是孩子，大人终究是大人	
第四章：生存的 necessary 空间·····	305
△不可思议的屏障	
屏障游戏	
逃进空间	
△追溯对黑暗世界的记忆	
毛巾与破裤	
我的家这样，而你的家呢？	

第一章：怎样看待现代的性

孩子们的性状况

在男孩的二性特征中，能够清晰可见的便是“性器官阴毛的出现”。

女孩则有“乳房鼓起”、“月经”等现象，因而“阴毛”并非特别之物，但对于男孩而言却是一件非同小可的事情。

勿宁说比“初次射精”更引人注目。

一般而言，女孩阴毛的出现早于男孩。

男孩常常在朋友之间明目张胆地互相取笑，所以外出旅行时常有男孩不愿意共同入浴。

中学三年级时，男女百分之百地都出现了阴毛。

“变声”——是否变成了大人的声音？（限于男生）

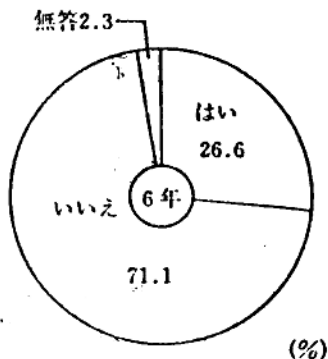
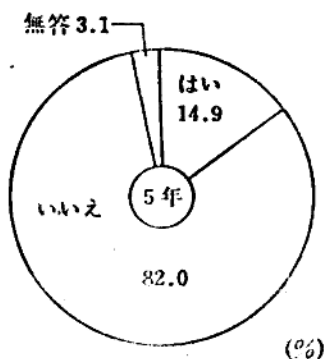
有关“变声”的疑问是由他们自己判断是否“变声”了。

实际上也许低于记录在此的数字。

六年级学生有 26.6% 暂且不论，五年级学生有 14.9%，的确是一个难以置信的高比率。

变声的时期最重要的是勿用过大的声音讲话，这常常为专门的医生所强调。

〈変声〉 おとなの声に変わりましたか？（男子のみ）

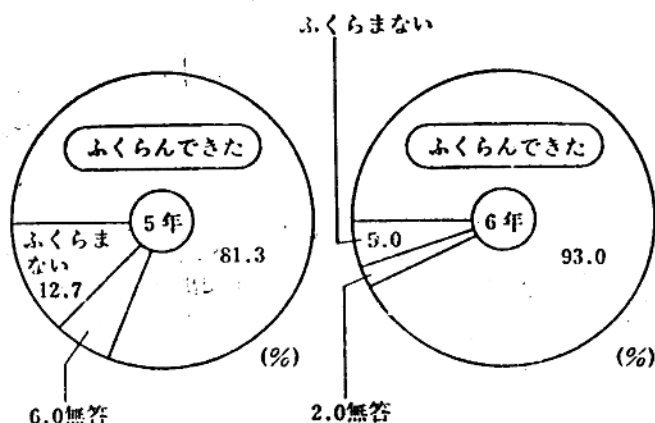


（「東京都小学校性教育研究会調査」昭和59年）

据我自身的经验，这一时期在唱歌课的考试中，站在众人面前一个人独唱，曾觉得不好意思。必须在指导方法上给予照顾吧。而且女生也有变声，只是不大明显而已。

“乳房”——胸脯是否鼓起？（限于女生）

〈乳房〉 胸がふくらんできましたか？（女子のみ）



（「東京都小学校性教育研究会調査」 昭和59年）

在回答“已经鼓起来了”之中也有几个阶段。

例如，六年级学生：

“稍许鼓起”占 67.6%

“很有点鼓起”占 23.6%

“相当鼓起”占 1.8%

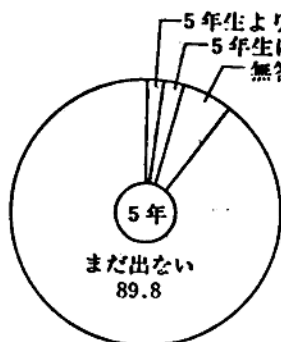
整体而言，近来女学生胸脯的发达非常醒目，有人从三年级就开始鼓起。

女学生是从胸脯的鼓起开始感受到身体变化的。

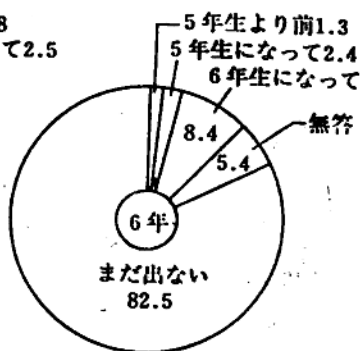
将在后面详述，其胸脯的鼓起在“不安烦恼”中占有相当大的部分。因个人差异很大，需要进行细致入微的指导。

“射精的体验”——是否曾经从性器官流出过小便以外的又白又粘的东西？（限于男生）

〈射精の経験〉 性器からおしっこ以外の白くてネバネバする
ものが出たことがありますか？（男子のみ）



(%)



(%)

（「東京都小学校性教育研究会調査」 昭和59年）

初次射精体验在四年级时就能发生，但在小学毕业时一般才达到 10% 至 15% 的比率。

射精多是由于如下原因发生的：

- (1) 伴随性方面的梦(梦遗)
- (2) 自己刺激性器官(手淫)
- (3) 淘气、爬树等, 进行触弄性器官的行为(遗精)

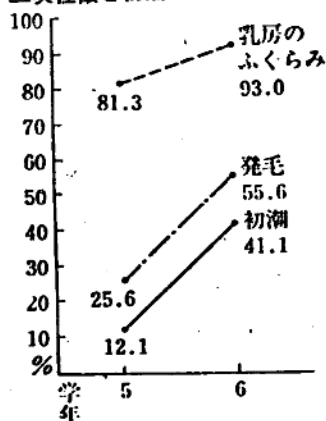
我国的少年(1)和(2)的情况各占一半, 几乎包括了绝大部分例子。而曾经是(1)占绝对多数, 今天不能不感到本质上的变化之大。

射精体验加速了身为男人的意识。

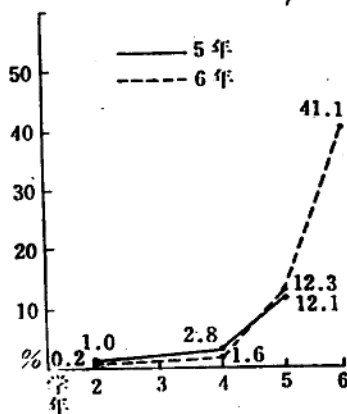
“月经的体验”——是否出现了月经？（限于女生）

〈月経の経験〉

二次性徴と初潮



月経がありましたか？(女子のみ)



(「東京都小学校性教育研究会調査」 昭和59年)

“初潮”始于二年级时。急剧增加于五六年级和中学时代。在中学三年级时已达100%。

有关初潮的指导在“文部省学习指导要领”中规定在五年级时进行。由于不能适应儿童的实际情况，现在增加了不少学校从四年级时开始指导。但在四年级时有些学生即使学了也全然不知所云，所以重要的是进行个别指导。

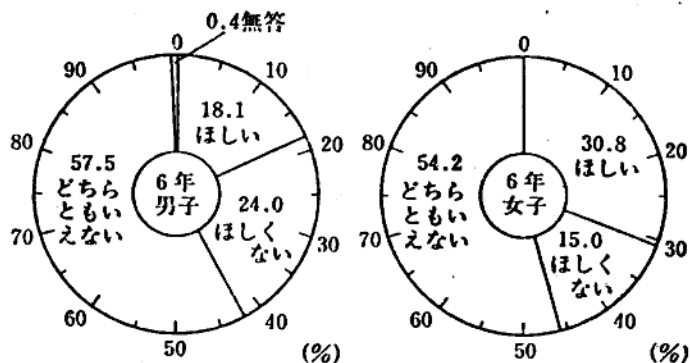
伴随月经而来的“月经痛”等伴随症状因接受初次月经的方式不同而产生很大的差异。

小学校里的初潮，月经指导极为重要。

“异性朋友”——你是否需要异性朋友？

以上是只在六年级学生范围内调查的结果，与男生中18.1%回答“需要”相对，女生中30.8%回答“需要”。

〈異性の友人〉 あなたは異性の友達がほしいですか？



(「東京都小学校性教育研究会調査」 昭和59年)

小学时代在性的成熟方面女生先于男生，这在数字上业已明朗，而且在心理方面也可以说女生更早熟一些。

而进入中学时代，则发生了微妙的变化。

	男生	女生
一年级	35.2%	53.8%
二年级	40.0%	53.1%
三年级	44.7%	50.7%

女生在中学阶段处于相对稳定状态，象是在冷静地观察周围的情况。

“异性朋友的有无”——你有亲近的异性朋友吗？