

第一章 性健康教育——青春期的紧迫课题

青春期性教育是个古老而又年青的课题。说其古老，是说自人类起源以来的 300 万年，每个人无一例外都经历了性器官加速发育直至性机能成熟（生理学称为青春期）的一段时期，并且长者都会对此间遇到的问题予以指点。他们所作的指点，今天看来是极为粗浅的。

说其年青，是说把青春期的性健康教育作为一个专门的问题加以研究，逐步达到理性的认识，并进行理性指导下的操作仅从本世纪才开始的。

在占人类历史 99% 以上的漫长的原始社会，人们不知道生命是怎样产生的，只知道种族需要延续，女性能够生产生命，因而人们对生殖极其崇拜，性教育集中于保护生殖器官。

进入父系社会以后，生产力有所提高，有了私有财产，尤其是发展到封建社会后，统治者出于保持宗族纯正，财产不外流的考虑，性教育主要是针对女性的“贞节”观，以及由此而产生的“三从四德”观念。

直至 15 世纪前后的文艺复兴时期，随着解剖学、生理学等的发展，人类开始了对性问题的客观研究。 1672

年，德国医师格拉福首先用显微镜发现女性卵巢排出卵子，并向子宫运动；1677年，哈姆观察到男性睾丸产生精子，性交时混入精液排出；而后奥斯卡·赫特维希发现，通过性交完成卵子与精子结合，才能受孕，繁殖后代……从此，人类开始把两性关系同社会文化联系起来，恩格斯1884年的《家庭、私有制和国家的起源》是研究阐述这类问题的光辉典范。

20世纪前后，西方一些国家进入工业化社会，社会对劳动者素质的要求进一步提高，青春期的问题对人的素质发展的影响逐渐引起人类的广泛关注，青春期教育受到人们的重视，并开始进行深入的研究与实践。

在我国对公众进行青春期教育当首推鲁迅先生。早在1909年，他就在浙江、杭州两级师范学堂的生理课上讲授生殖系统及有关性知识，受到普遍欢迎，未听到的学生纷纷索要讲义自学。他还在《坚壁清野主义》等文章中指出，“要风化好，是在解放人性，普及教育，尤其性教育，这是教育者所当为之事”。

然而时至今日，尽管解放后周恩来总理多次指示，要在女孩子来月经以前，男孩子首次遗精以前，把科学的性卫生知识教给他们，让他们能用科学的知识来保护自己的健康，促进正常的发育。国家教委也先后于1984年和1996年发出开展青春期教育的通知，但这一工作在普遍的范围之内，不论是学校，还是教师的工作中都未得到应有的重视，更未得到认真有效的落实。这究竟是什么原因呢？是学校的领导、老师根本不想认真落实吗？恐怕没那么简单。

就此问题与学校领导、教师接触后发现，确实有许多认识与实践方面的困扰，归纳起来，既有对社会、对人的素质需求的变化，为人的成长提供的环境及性健康教育的意义等认识不足的问题，又有实施时具体内容的科学性及主体成熟度的把握与操作等实际问题。与此同时，我们也深深感到了灵魂工程师们欲干艰难、欲罢不忍的苦衷，真想有个简单的办法，对谁都适用，一劳永逸，既偿还了心愿，又摆脱了困苦。然而仔细想来，面对一个个有思维，富情感的孩子，面对变化迅速的社会，个性特点不同，微观环境各异，现在没有，将来恐怕也不会有这种简单的灵丹妙药。我们所能做的，大概只能是静下心来，从认识开始，一一探讨并付诸实践。

一、社会发展与人类进化

在我国实行改革开放，市场经济，以智能、意志和科技含量为主要生存发展手段的短短 20 年间，人们迅速体验并认识到了物竞天择，适者生存的观念与现实，并逐渐悟到正是人类自身的进化推动了社会的发展，而社会的发展又对人的素质提出了更高的要求，人的生存、成长环境变得更为复杂；人的生存发展要素已不在是体力，而是水平高的心智；人的素质，再也不能靠其自然发展，而要遵循人的发育规律，积极运用社会文化条件，自觉培养，精心塑造，以迎接社会发展的挑战，跟上时代的步伐，并以不断提高的素质推动社会进步。

（一）人类进化推动社会发展

按照进化论的观点，生物界的历史不是简单地一成不变地重复，而是面对越来越复杂的生活条件，在自然选择的作用下，不断地从简单到复杂，从低级到高级向前发展的，主要表现在器官的完善上。其中既有个体的发育，又有系统的发展。人类经历了自古猿直立行走，用手劳动，用语言交流，发展大脑思维等千百万年的进化这样一个过程，直至距今约一万年左右现代人形成，人类体态、体质（器官）的演变才逐渐迟缓下来，人类主要向文化与社会性方面发展。

也正是在这漫长的演变过程中，人类逐渐学会了打磨石器，制造弓箭，用火、制陶、制金属工具，进而掌握了农业生产技术，社会发展进入农业社会。按照《第三次浪潮》的作者阿尔温·托夫勒的说法，形成了自公元前 8000 年至公元 1750 年前后的第一次生产力高潮——历时万年的农业经济时代。在此期间，人类的智慧进一步发展，研究农业、天文、数学等，发明了火药、指南针、印刷术、早期绞盘、杠杆、吊车……扩大了人力、畜力应用范围，使社会生产力不断提高。

经过 14 世纪~16 世纪的文艺复兴时期，文学、天文学、解剖学、物理学以及方法论得到进一步发展，17 世纪牛顿力学诞生，工业革命开始，人类又把社会推进了工业化时代。此后，人类的知识迅速增加，科技发明不断涌现，社会发展的节奏日渐加快。1768 年，R·阿克赖特发明了水力纺纱机，开始了工作机的革命，世界上第一个工

厂诞生，人员达 400 人。1860 年瓦特发明的蒸汽机，实现了机械化生产，提高动力机的效率 5 倍，机械力学革命形成高潮。几十年以后的 19 世纪中叶，德国的李比希的化学研究引起了化工革命，1879 年，美国人爱迪生发明了电灯，世界进入了电气时代。至今仅 300 年的工业经济产生的是高功能的电动机器，极大地提高了社会生产力。

然而，人类的进化并未就此停止，人类的知识迅猛发展。本世纪中叶发明的原子能和电子计算机，特别是电子计算机，近 20 年迅速发展，把社会推到了知识经济时代。电脑已成为人类普遍使用的工具，人们在網上学习、工作，创新层出不穷。有人预言，下个世纪初——十几年以后，电脑有可能逐步被光脑所取代，那时人类将进入光脑时代。

这些是人类进化的必然，并将继续进行下去。人类必须勇敢地迎接社会发展的挑战。

（二）社会发展要求提高人的素质

按照马克思的观点 社会是人的“生产关系的总和”，换句话说，社会是由人构成的，人的进化必然推动社会发展，反之社会的每一步发展都会对生活其间的人的素质提出相应的要求，否则就无法保证社会前进的步伐。这就必然地要求在社会中成长的人面对未来社会的需要，提高人在儿童期特别是青春期的质量，避免日后被不断发展的社会所淘汰。

农业社会的生产力低，人们主要以采集、渔猎、农耕为主，对人的要求主要是健壮的体魄与渔猎、农耕经验，

这通常是在自然状态中积累而得。

工业社会有所不同，人的生活与机器生产相联系，生产中需要人们统一行动，对人的素质要求除体质强健外，还要有一定的读写算知识、严格的纪律性与服从统一观念，因而人们的素质通常具有统一的模式，相同的内容，可以说是同一规格的批量产品。

知识经济时代则大不相同，工作所需的知识含量非常大。机电一体化设备，电脑广泛使用，使千人一样的简单操作岗位迅速消亡，大批人或由于知识不足，不懂现代化设备，或由于不具备所需知识和独立解决问题的能力而下岗。这说明知识经济时代需要人具备更高的素质。不仅要有健康的身体，还要有不怕挫折，不懈进取的健康心理，更要有广博的知识，特别是能积极更新知识，发现、研究问题，并进行创造的能力及善于与人合作的道德与行为。显然，这种要求高于以往任何时代所提出的。《中国青年报》1997年11月21日发表了当年10月该报对全国青年的调查：58.5%的人认为自己落后于社会的发展，认为自己能和社会发展保持一致的25~34岁组有36.8%，24岁以下组仅有38.8%。这充分证明他们青春期发展的素质已不应当今社会的需要，并进一步表明，面对当今与未来社会对人的素质要求，再靠现行的工业经济时代建立的批量生产模式培养人已经不能适应，急需对孩子的生理、心理变化予以及时准确的把握和科学指引，以便在青春期形成积极健康的人格、自我发展的基础。

二、性健康与人的素质

在人类漫长的、体能和数量为主要与其他生物物种竞争生存手段的、生产水平低下的岁月里，人类逐渐体验、认识到身体健康，包括性健康——生殖系统正常，能生产强健的个体，是人生的基础，否则任何发展都无从实现。只是到工业革命以后，特别是 19 世纪末 20 世纪初，电力革命与市场经济的发展，人类才逐渐认识到生产力的知识含量日益增多，生存与发展不是仅靠体力的拼搏，生存的质量越来越依赖心理与智力的健康发展。1948 年，世界卫生组织（WHO）正式提出现代健康的定义：健康不仅仅是没有疾病或虚弱，它是一种生理、心理和社会性发展的良好状态。

由此，性健康含义的外延也不断扩展，性不再只是性别、性交的含义。性健康，不局限于生殖系统生理发育正常的范围，而是泛指与人的性功能相关的生理发育、心理反应及性别角色，两性交往相关的生理、心理、道德的认识，与行为发展的健康、正常。正如台湾著名的性健康教育专家晏涵文教授认为，性教育不应仅包括解剖和生殖方面的知识……应同时强调有关两性之间亲密人际关系的发展和指引。……它至少包括了性生理、心理、伦理和法理等层面，目的是要受教育者具备社会和道德所接受的态度和行为，是受教育者学习如何成为一个男人或女人的教育，所以可称之为“人格教育”或“人性教育”。

（一）性健康是人的基本问题

现代科学研究了生物的起源、演化，对地球上现存的数百万种生物，以其形态解剖上的相近程度划分为界、门、纲、目、科、属、种等发展等级分类系统，人类是动物界中脊索动物门哺乳纲灵长目中大脑智慧高度发达的一科。古生物学、比较解剖学、胚胎学及生理生化等诸多学科的研究，都已证明人类与现代类人猿（长臂猿、猩猩、大猩猩、黑猩猩等）由同一祖先——距今 6000 万年的一种古猿演变发展而来。人就其本质而言，一方面是动物的一员，具有动物需要生存、生育本能的自然属性，另一方面，作为人类社会的一员，具有需要遵守社会道德规范，把握性别角色的社会属性。这就是说，人是人类社会中高度理智地遵守规范，发挥本能以求生存发展的成员，反之则是人类社会的猴子。

性健康，是指作为动物生育本能的性生理发育，作为社会人的心理、道德乃至性别角色发展正常的以及能自觉识别发展异常与进行调控的状态。动物的本能，是由其机能系统实现的，其中生存本能由消化、呼吸、循环、运动、神经等所有系统共同实现。这些系统在人的发育过程中自然而然地由初生时的雏形不断发生量的增加，直至达到成熟水平。生殖系统作为其中之一，若有什么异常，会使人的整体健康受损。

生殖系统与其他系统不同，前者是生育本能的主要承担者，而它的这种机能不是在初生时就具有的，是在青春发育启动以后，才逐渐成熟的。它使人产生性生理变化及

相应的心理反应。这种反应既受有关性生理知识的影响，又受心理与道德的情感认识所制约。如果缺乏必要而正确的知识与修养，就可能造成心理障碍甚至生理疾患，若得不到及时排解，会影响人身心的健康发展。

随着人的性功能的成熟，人的生育本能活动会迅猛发展，在两小无猜的异性交往中会迅即渗入性的意识。值得注意的是，生育本能所伴随的两性交往直至生育，是以异性个体为对象的。这就涉及对象的情感意愿问题，以及社会道德规范问题。具有相应的道德心理认识，具有并恪守道德行为规范的人，才能与他人正常交往，被人悦纳。

由此可见，性健康无疑是任何人都无法回避的，是伴随人发展全过程的基本问题。

（二）性健康影响人的全面素质

人的素质要满足社会发展的需要，以现代的观点看来，它主要包括生理、心理、智能与道德等。

良好的生理素质，主要指身体各系统的发育正常，无疾患，健壮，体质体能好；良好的心理素质，主要指有正直积极、不怕挫折、坦诚热情、宽容的心态；良好的智能素质主要指具有现代人应有的知识能力，特别是获取知识、解决问题的能力；良好的道德素质，是指具有社会规范所要求的道德认识、情感与行为。可见，性健康所包含的内容至少在两个层面上影响人的素质：一是作为人的素质的重要组成部分，若发展不好，则人的全面素质发展无法实现；二是作为人生的基本问题，其发展状况将影响人的各方面素质的发展。

1. 性健康是人的素质的重要组成部分。

性器官是动物与生俱来的生理结构组成部分，对人类来说，其功能的后天发展伴随着一系列社会化问题。因此，性健康是人的素质的重要组成部分。从性健康的内容与人的素质构成来看，人的素质的每个方面都包含性健康问题，若性健康发展不良，就谈不到人的素质全面发展。

首先，生殖系统是人的生理系统之一，是完成生育本能的系统。其次，性心理发展与道德及调控能力是智能的一部分，是现代人应该了解掌握的，否则就无法正确把握自身的变化使其健康发展。其三，性心理是对自身性生理发育及与异性交往的心理反应。情感体验及其调控的意向，是人的心理素质的重要部分，没有这部分的健康发展，人就会产生心理困惑甚至障碍，会导致性生理发育及两性交往不正常，还会影响自身的心境，影响学业、生活。其四，两性交往的态度、方式等性伦理道德，是对性问题的价值取向和行为规范的体现，是人的道德素质的重要内容。人不论学习还是工作，总是在两性构成的群体中，需要人不仅从理念上认识理解两性交往的道德规范，而且在情感上认同，行动上遵守社会共同的规则。

总之，性健康是人的素质构成中的重要组成，如果发展不好，就不能说人的素质发展完善。

2. 性健康与否影响人的全面素质发展提高。

人是有高度发展的思维及丰富情感的高等动物，具有自然的与社会的双重属性。这就决定了其素质必然是既包括生物性的生理方面，又包括其社会化的道德方面，还包括连接两者的心理方面及在身心基础上的智能发展。因

此，人的全面素质发展，是以生理发展为物质基础，以心理发展为核心中介，以道德发展决定价值取向，以智能发展为操作主线而彼此联系、相辅相成的协同运行过程，哪一方面的不足都会影响整体的进程。

性生理发育、与异性交往等与本能需要的关系极为密切，主体特别关注并对此有极大的兴趣，因而其发展境遇对其心理状态影响极大，特别是处于青春期发育的孩子更为突出。发展顺利会增强成功的信心与激情，促进积极发展自身素质的行动。反之则会给人带来诸多的困惑、烦恼，造成意志消沉，轻则无所事事，重则悲观厌世，自暴自弃，甚至出现反社会行为，严重影响全面素质的正常发展。

《现代家庭》报曾报道一个青春期的男孩，由于无法摆脱性困扰，最终自缢。他在日记中写道：“春天来了，我的心莫名其妙地躁动难安，在爸爸妈妈和老师的眼里，我是一个听话的‘三好’学生，而我内心的痛苦又有谁知道？……要想克制内心的欲望是多么痛苦啊！女孩子的每一丝笑意，每一次回眸，都让我怦然心动。……我也很清楚，要跟她们距离远一点儿，再远一点儿，然而我做不到……真是欲罢不能。我上瘾了，有谁来拯救我呢？”显然这个孩子走到了极端，以结束生命的方式逃避了性健康问题，彻底影响了其原本不错的素质的正常发展。可以设想，他的这种状态，即使不死，也已达到不能自拔的地步，这会影响他的其他方面素质的发展。

也许有人会说这是个别现象，那就请看两组数据吧。

其一，原国家计划生育委员会研究所马晓年教授等曾

分析了 1992 年上半年《健康之友》杂志的“性知识信箱”收到的 551 封信，其中 75% 来自 25 岁以下的年轻人，涉及手淫问题的 269 人，占 49%，想了解性知识的 97 人，占 17.6%，自认为有性功能问题的 181 人，占 31%。他们中许多人曾是三好学生，学习尖子，进入青春期由于性焦虑，意志消沉，使得学业倒退；1/3 青少年信中提到有自杀念头……

其二，《中国青年报》1997 年 9 月 27 日发表了中国人民大学潘绥铭、曾静两位教授所作的国家教委的研究课题“1997 全国大学生的异性交往”的调查结果，从全国 150 所高校的本科生中直接抽样，回收问卷 1921 份，测谎删除 17 份，有效问卷 1904 份，可以代表全国 638 所高校 142.6 万名本科生。

其中上大学前的交往状况统计如下表：

活动内容	约会	接吻	性爱抚	性交
合计	35.8%	20.1%	12.2%	3.8%
其中：男生	36.8%	21.9%	13.9%	4.8%
女生	30.3%	16.8%	9%	2%

根据这个调查计算，全国的本科生中上大学前有过性交活动的达 4.4 万人，够惊人的了！推想下去，他们的同龄人中那些没考上大学的人中这个数字该是多少？可以断言，其中一定有相当数量的人是由于性健康问题而影响了其全面素质的正常发展。

三、青春期指引与素质发展

在人类尚未从古猿演变而成的岁月中，人类同其他物种一样被动地接受自然选择，缓慢地发生着自身形态、结构与功能的变化，只不过在这一过程中人类的大脑及其思维功能，远较其他动物发展得快而完善。由此逐步开始了主动适应、改造自然与自身的过程。

在此期间，人类一方面开始打磨石器，制造弓箭，直至发明电脑，不断提高改造自然的能力；另一方面从最初的群婚杂交，经按辈分划分的婚姻集团——血缘家庭，到排除血亲的普那路亚家庭、对偶家庭直至一夫一妻制家庭，进行了生产强健个体的实践，并逐渐形成两性交往的社会观念与行为规则。这实际是人类生理的性本能认同，并接受社会观念规范的社会化过程。

到了近现代，随着科学的发展，人类才逐渐认识到人的素质发展受诸多因素的制约。它不仅与生产的个体先天状况有关，更与后天的环境及主观努力直接相关。社会越发达，对人的素质要求越高，给人的成长提供的环境越复杂。人类逐渐进入了对自身进行研究，主动科学地成长的适应社会发展的新阶段。

（一）人的素质发展需要主客观条件

人类对事物发展的条件与原因的认识曾经历了相当长的历史进程。人类曾普遍把事物的发生、发展，重现及数量的增减归为超于人类以外的神的意志。以后才慢慢体会

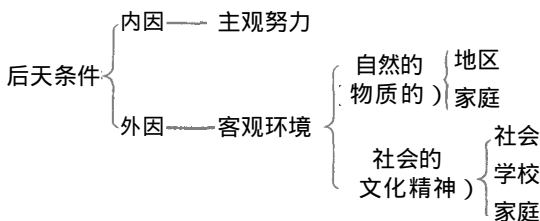
到影响人的发展有先天基础的强弱与后天条件的优劣问题。正如毛泽东主席在《矛盾论》中指出，外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用。

可见，人的素质发展取决于内因——主观努力，没有这个内因人的素质要有高度发展是不可能的。但另一方面人有其成长过程，人的主观努力也有其产生发展的过程，在这个过程中外因就是其必要的条件，没有良好的外因条件人的成长发展是难以想像的。

1. 人的成长需要主客观条件。

随着社会进步，越来越多的人已经认识到，人的素质发展主要是生物性的生理发展与社会性的心理、道德及文化发展两大方面，都需要先天基础与后天条件的综合作用。

先天基础、遗传素质。



遗传因素是素质发展的物质基础。除先天痴呆者外，一般人无显著差别，都能达到基本发展。

物质条件提供生理发育的保证，只要能保证人体生长的基本营养，通常都可达到生物性发展需要，并为社会性发展提供足够的基础。

值得注意的是，主观努力与文化环境这两个内外条件

是不断变化的。因此，人的素质必将是在它们构成的动态组合作用下逐步发展，具有诸多的不确定因素。一般说来，孩子年龄越小主体越不成熟，主观努力的状况受环境影响越大，素质发展受文化环境这个外因影响越大；年龄越大主体越成熟，主观努力在发展中的内在作用越强。这就要求作为社会文化环境主导之一的学校，特别是具体实施外在影响的教师，研究把握主体发展的状况及与环境外因的关系，及时予以科学的指引，使之不断增强主观努力的意愿与能力，直至主体能够自行分辨外部信息，调控情感行为自主自觉发展。

2. 主观条件的成熟要经历社会化过程。

众所周知，人刚出生之时是谈不上主观努力的，随着主体逐步具有自我意识才逐渐成熟起来。自我意识，是对自身生理、心理、行为及社会的认识。自我意识是个体社会化的结果，是随社会的发展而提高，直至能达到自律，开始自觉地自我塑造，这时，人的主观努力才可能不受或极少受外界干扰地发挥内因的根本作用。

现代对于人的自我意识发展的研究，尽管国内外不同学者的划分点不尽相同，但都明确它是伴随人的生理发展而呈现出阶段性的：

一是自我发现时期。从出生后开始逐渐把自身与外界区别开来。有研究认为，人出生时的智力水平还不如现在的猴子。新生婴儿甚至不能分辨自己与他人的手、脚……，在玩、啃自己与他人的手、脚是一样的；直至疼痛感觉出现，才把自己与他人的身体区别开来；以后日渐区别自己与他人的玩具、物品等，乃至欲望、行为，并不断

接受社会文化的影响。此时人的判断与行为，多以成人和社会的看法、要求为据，属他律为主的阶段。

二是自我独立时期。从青春期发育启动开始，生理发育加速进入第二高峰期。这时性器官机能迅速发展，频频出现前所未有的现象与感受；明显感受到生理剧变，会产生突然长大成人的感觉，总想独立行事，摆脱对成人的依赖。但又由于经历与学识所限，心理发展尚未达到相应水平，相对滞后于生理发育而造成长达数年的矛盾、躁动状态。这时期学生学业负担加重，社会交往增加，大量的生理、心理问题及素质发展问题需要独立处置，常陷入困惑。然而，也正是在生理、心理困惑的反复碰撞中，青春期男女逐渐将社会文化内化为自己的观念、行为准则，从他律向自律发展，并伴随一系列的偏差与矫正问题，期望得到指点。

三是自我实现时期。大约到高中二年级前后，性生理发育趋近成熟，生理发展减缓，社会化得到进一步发展，心理发展与生理发展再次同步，逐渐形成相对稳定的个性特征及行为风格。人开始注意依社会的要求与自身的条件设计未来，并对自己的情感、行为自主加强调控，以实现自主发展步入自我意识的自律阶段。只有到了这个时期，人的主观努力才能在各种影响中独立地选择、执行内在的根本作用，成为决定素质发展的根本力量。

由此可知，青春期的青少年正处在个体逐渐成熟的过程中，其主观努力必具有不稳定性、盲目性和冲动性。这说明，此期间孩子的素质发展想完全依靠内因是不可能的，需要师长，特别是教师对其生理发育、心理变化、社

会交往，尤其是对性健康有关的生理、心理、道德的认识、行为等，及时进行科学的指引，才能使他们的素质健康地发展。

（二 当今社会的孩子需要加强青春期指引

在进行青春期的健康教育的研究中，时常听到：“青春期的教育？！我们当年不也没搞吗？不也都过来了吗？现在不也都干得挺好吗？”……每当此时，人们总会自然引起对青春的回忆，那时的环境，那时的经历……现在四五十岁的人，当年确实没搞过现在意义的青春期的教育，也确实过来了，而且现在真的大都工作生活得不错。那么现在为什么要普遍开展这一工作呢？如果不搞也行又何乐而不为呢？久而久之，终于慢慢悟到，正是由于社会的发展形成了多元文化并存的局面，对人的素质提出了更高要求，物质生活的改善使孩子的青春期提前，他们比过去的同龄人所面对的环境要复杂得多。这就使孩子的自我发展困难较大，性健康问题会更多，更易出现偏差而影响青春期的全面发展。因此，他们急需得到青春期的健康指引。

1. “当年”是特殊历史时期。

现在四五十岁的人的青春期的，是在我国特殊的历史时期度过的。当时的社会情况与今天有诸多的不同。那时新中国刚刚建立，国家处于从落后的农业国向工业经济发展的起步阶段，社会上还存在敌对分子，出于巩固政权与生产力低水平的需要，国家以政治为中心，统一文化，计划管理。国家十分重视人的思想改造，政治运动一个接一个，报刊、电台宣传同一口径。人人注意思想倾向，很怕