

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

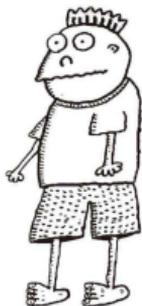
搜狐母婴
sohu.com/mother

独家推荐阅读



2~12岁性教育读本

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

推荐这本书

“很多父母都觉得应推荐这本书，该跟孩子聊聊性方面的话题，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展成长的需求。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

[写在前面的话](#)

[推荐这本书](#)

[我们想感谢](#)

[前言](#)

[父母的观点至关重要](#)

为什么要跟孩子谈性

怎么使用这本书

怎样才能更好地跟孩子聊天

第一章 那是什么呀

学步期宝宝眼中的“性”

认识身体的部位：尽量使用正式名称

认识性别

这是我的身体，我想看就看

我不喜欢在孩子面前裸体，会觉得很不安

孩子为什么喜欢抚摸自己

如厕训练的时候

性别角色扮演：兰博VS卡罗尔
布雷迪

管好自己的身体

推荐的游戏和活动

男孩可以做什么？女孩可以做什

么

常见的一些问题

学步期的孩子期望了解什么

第二章 你吃了你的宝宝吗

和学龄前的孩子谈性

总之：男孩就是男孩，女孩就是女孩

小孩从哪里来？他是怎样到那里去的

我的孩子压根就不问这类问题怎么办

孩子提问涉及父母的隐私怎么办

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

别看着我

我要和妈妈结婚

如果孩子仍然喜欢摸自己的隐私部位怎么办

保护自己的身体：别人不能碰你的隐私部位

推荐的游戏和活动

常见的一些问题

学龄前的孩子应了解什么

第三章 哇，真是好恶心

6~9岁的小学生在想什么

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)

男女有别：男生、女生的小团体

孩子们的新发现：身体的多重功能

开始和孩子聊聊吧

要学会跟孩子保持沟通

是时候和孩子谈谈性和其他敏感话题了

爱就是拥抱和亲吻吗

新规矩：尊重自己和尊重他人

推荐的游戏和活动

常见的一些问题

6~9岁孩子应该了解什么

第四章 我不想跟你聊这个

高年级小学生怎么看

原来真相是这样

什么时候跟孩子讨论“亲热”这件事

生活场景：我从哪儿来的？父母没有朋友有用

身体的变化：小姑娘长大了

告诉孩子月经是怎么回事

男孩也同样需要关照

社交原则和身体隐私

“噢，宝贝”——媚俗的小孩

不要恶语伤人

同龄人的压力：好的、坏的和流

行的

改变对话的方法：多倾听

亲子沟通的心理战术：旁敲侧击

做他的父母，而不是朋友

和十多岁的孩子交谈和活动建议

常见的一些问题

10~12岁的孩子应该了解什么

第五章 有问必答

有的放矢地回答问题

婴儿是从哪里来的？是妈妈拉出来的吗

什么是性

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

你什么时候“造”的我

你什么时候会做爱

要到多大才能生小孩呀，我现在
可以生一个吗

你在哪里做爱呢

为什么我的阴茎会变硬，什么时
候才会软呢

射精是什么意思

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

什么是同性恋

我怎样才能知道我是不是同性恋？什么时候才可以知道

“小鸡鸡”是什么意思？为什么阴茎有这么多叫法

如果别人的阴茎碰到我的腿，我会怀孕吗

怎样才能知道我已经可以生宝宝了呢

什么是月经

我什么时候会来月经

卫生棉条是干什么的

为什么男孩没有月经

为什么男孩不能生孩子

什么是避孕

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

男性生殖系统结构图

女性生殖系统结构图

关于作者

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 and 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七八糟的关于性和身体的各种变化的错误概念，你难道打

算把这么重要的责任就交给那个小家伙吗？要知道他也跟你儿子一样，是个连动画片的故事都会信以为真的小毛孩呢！所以一定要早点开始在你的孩子耳边唠叨那些你打算灌输给他的有关性的常识，不能依赖别人——无论是他身边那些同龄的孩子，还是今后学校那些教条的照本宣科的生理卫生课。孩子的价值观来源于父母和家庭，而在性教育这个领域，父母的作用更是至关重要。



可能在你自己青春期万般苦恼的时候，父母在性教育这方面只是简单提供了些生活常识，并没有特别为你做什么或者给你讲解过什么。所以我们这代人年轻的时候，不是对这类问题难于启齿、讳莫如深，就是自以为是地认为自己什么都懂；等到长大后，或多或少地了解了真相或者真的遭遇到什么时却为时已晚，当然也有些人并没有遇到过太多的困扰。要是如今你还打算用这个态度来对付你的孩子的话，基本可以肯定是无效的。因为这个年代的孩子，跟我们小时候

的生活环境大相径庭，他们随时可以启动电视的遥控器，打开计算机和收音机的开关，让自己处于各种与性有关的信息中，如果没有父母的帮助，天知道他们会怎么样。

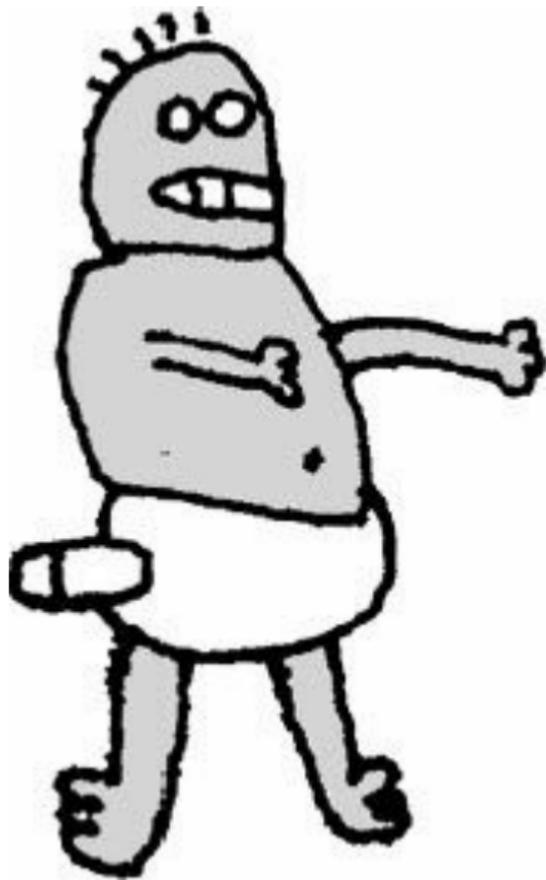
从流行歌曲到温馨家庭剧，孩子每天都接受着铺天盖地的关于性的信息。父母有义务帮助孩子们过滤掉不好的信息，更有责任明确解答适合孩子年龄的各种关于性的疑问，并传递给孩子正确的性知识。你越早开始和孩子讨论他的身体以及相关的性知

识，在孩子逐渐长大的过程中，你们就会有更多的沟通机会和彼此信任的可能性，孩子从小得到的关于性的正面引导，能够使得他在长大之后面对诸如此类问题时做出明智的判断和正确的选择。从小就有机会跟父母进行这样对话的孩子，会更多地感受到父母真诚地、细致入微地关注和陪伴，这种对父母的信赖，在他长大之后的心理建设中会显得尤为重要。

如何使用这本书

这本书可以作为孩子从幼儿期开始到青春期之前的性教育指导手册，放在家里随时翻阅。书中的信息和关于怎么跟孩子谈性的建议都是建立在发展儿童心理学和普通生物学常识的基础之上。虽说是严肃的事，但是，跟孩子讨论这些问题的时候还是会让你怒火中烧的同时又乐不可支。书中提出的不少关于这些敏感话题的主张都是基于一个原则：那就是要尽早开始和孩子这样对话，以便培养与孩子

坦率、诚恳的交流方式，这样才能在今后很多重要的时刻帮助和支持他更健康地成长。这样的对话开展得越早，你们双方都会更容易适应和接受，你肯定会谅解小宝宝说出的荒谬的或者好笑的关于性的理解。同大孩子相比，父母也会在小不点面前相对放松，不必纠结到底该说什么和什么时候说。实际上，在最初的这种交流中，你们是互相学习的关系。



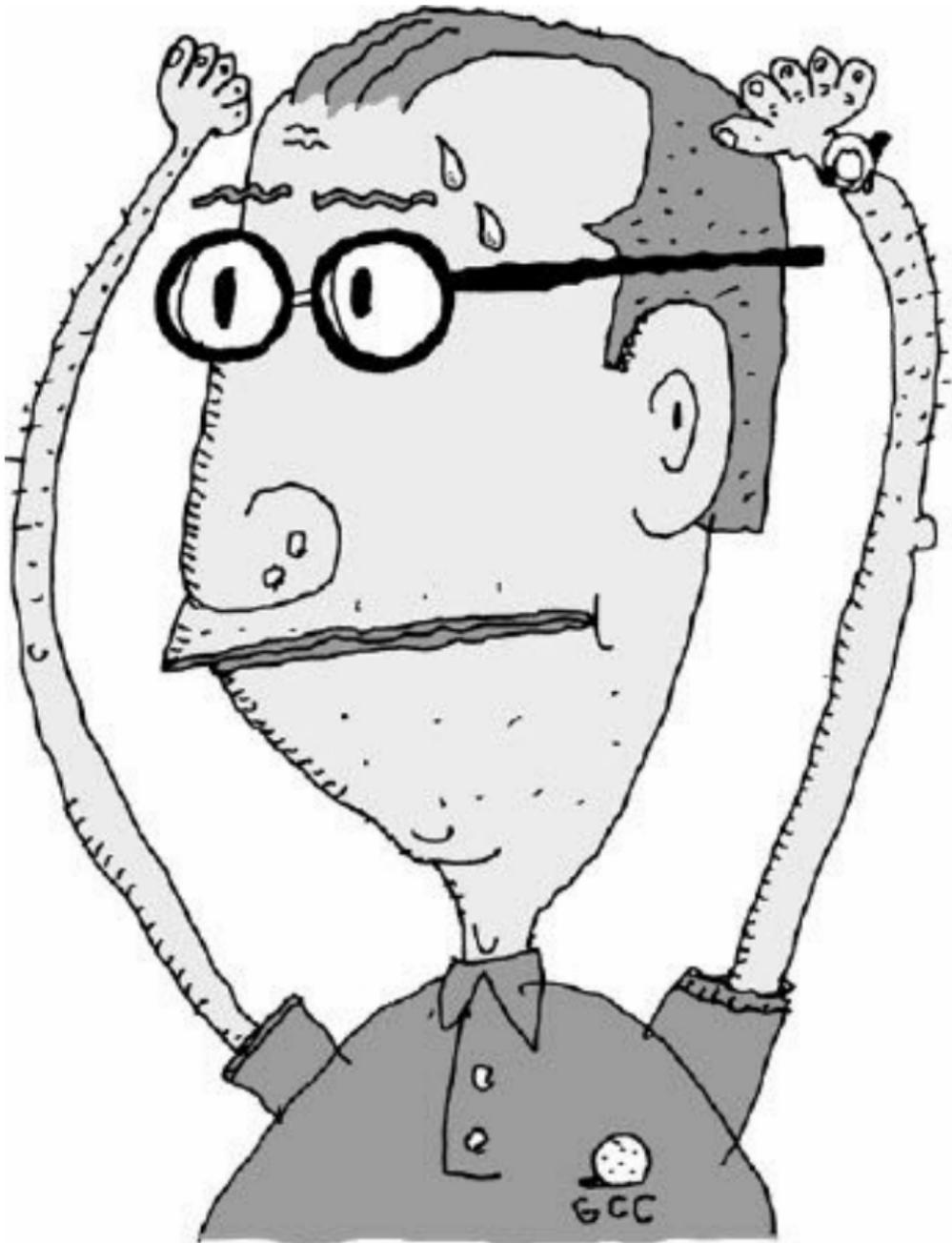
全书的编排便于你通读，你也可以挑选急需了解的主题单独阅读。每一章针对不同年龄段的孩子，所以，

你完全不必有顾虑，当解释身体部位和生命的起源时，给2岁左右的儿子和12岁的女儿的答案是完全不同的。

本书按照孩子的年龄分四个章节，每个章节的前几部分都是在讲述从学步期到小学高年级的孩子在与性相关的方面想知道什么，需要知道什么，也给父母在发起这样的对话时提出了很多有益的建议和参考的方法。每章节还有一个游戏和活动的部分，帮助父母从一些特殊角度的话题中学会如何更容易展开讨论。除此之外，

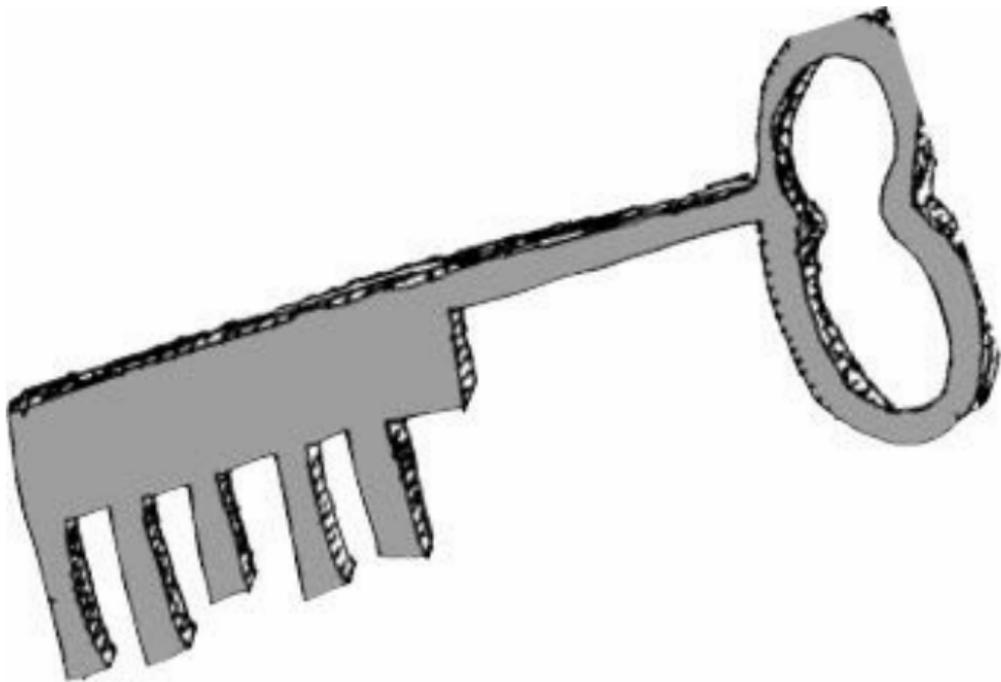
每章还罗列了一些常见问题，并提供了专门的解释和帮助。每章中还提供了不同年龄段孩子在关于性方面应该知道和了解到什么程度的一些基本参照。在本书的第五章，专门提供了完整而全面的有代表性的问题及答案，可以帮助你更好地读懂孩子的问题并做出合适的回答。也许你本身就是很擅长和孩子交流的父母，平时在家跟孩子无话不谈，那我们希望这本小书能够成为你手边的参考书，帮助你在孩子成长过程中更好地与他们进行受益匪浅的亲密的对话。假如你一跟孩

子提起性方面的话题就难以启齿的话，也别担心，这本书里有不少好主意，一定能帮助你顺利展开跟孩子的对话。



怎样才能更好地 跟孩子聊天

很多时候父母都会犹豫到底是随意地还是严肃地去跟孩子谈性，还会担心自己要是主动跟孩子聊身体、性这类话题的话，是不是会被人另眼相看？其实不论是跟幼儿期的宝贝儿讲讲身体的名称，还是跟家里半大不小的儿子聊聊青春期的身体变化，你的确都得花些心思好好提前做些准备。



1. 好的谈话态度很重要

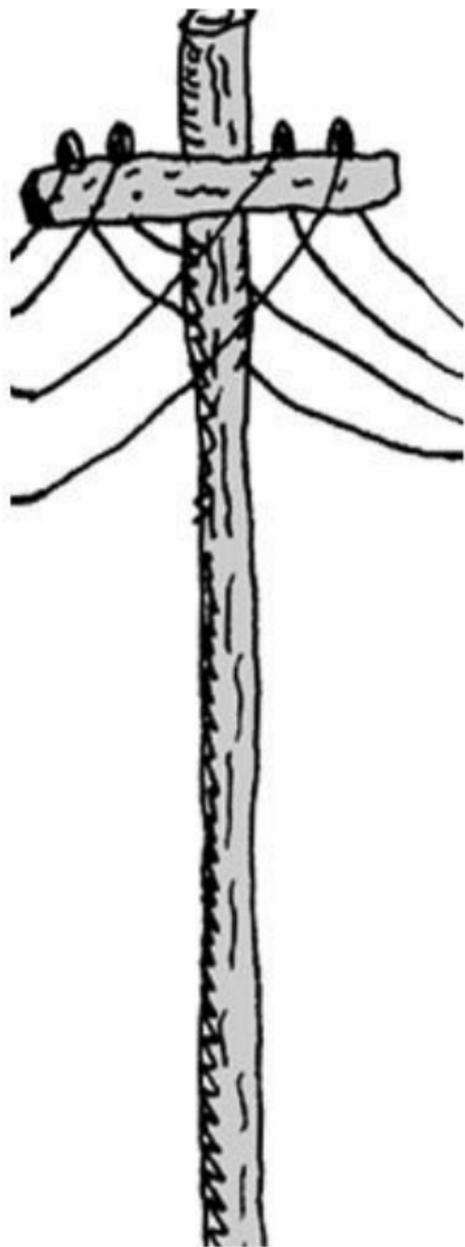
要知道你可是孩子一生中最重要的榜样。这样的谈话中你越是尊重事

实并坦然诚恳，谈话就越容易继续，彼此也会越来越自然亲密。父母在处理尴尬的话题或者在解决任何家庭问题时的态度，将会最终影响家里的孩子今后处理这些事情的态度。如果你是积极的、勇于面对现实的、坦率而真诚的，他也将成为这样的人。

2. 学会跟孩子聊得更多

有时候，孩子的提问并不是他真正想要问的，他只是不知道从何问

起。换句话说，你回答的也并不是他真想听的。所以，跟孩子谈话是需要技巧的，你要仔细听懂孩子到底想问什么，尽量保持话题的开放和顺畅，不能在孩子真正问到想要深入了解的问题之前就已经结束了对话。有时候，需要聊着聊着你才能真正发现孩子想问的问题。



3. 多点耐心学会等待

大多数时候，孩子对性都会有一些想要表达的模糊的想法，但是没有把握或者没有足够的能力很好地表达。这时候，你要尽量给孩子创造表达的机会，给予他耐心引导和提示，比如，问问“你是怎么想的呀？”这类启发性的问题，从而和孩子一起逐渐摸索出能让他觉得很安心地和大人交流这类问题的模式。

4. 要保持乐观幽默

跟孩子讨论身体和性的时候，难免会遭遇一些你意想不到的尴尬和窘迫，请你保持乐观和幽默。想想看，当你在超市的冰柜前忙着挑选鸡翅，4岁的儿子却穷追不舍地向你打听什么时候他的阴茎才会长大的情形，一定会在他长大成人后成为家人的笑谈，每每说起，都会引起全家的爆笑。



简单澄清

记住，本书中提及的“性”这个词，并不完全意味着成年人的性行为。正如韦伯大辞典中所定义的那样，这个词有很多层面的解释。在本书中，这个词更多的是指孩子在不同年龄和发育阶段中相关的性器官发育和对与性相关的一些概念。

第一章 那是什么呀



学步期宝宝眼中的“性”

有一天，你刚洗完澡，正伸手够浴巾擦干身体，2岁的小女儿忽然推开浴室的门走进来，她上上下下地仔细打量你，目光落在你身上对她来说最奇怪的部位，问道：“咦，爸爸，那是什么呀？”你赶紧一只手遮挡着你的胯部，一只手不顾一切地使劲儿摸到浴巾迅速裹好自己，“咱们去找妈妈吧。”你仓皇护送这个宝贝儿离开浴室。

不过，当你穿好衣服，从这个突发事件里平静下来的时候，你也许就会后悔当时没抓住机会给女儿讲清楚男孩和女孩的身体是不一样的。于是你下决心，下次遇到这样的情形一定要处理得更好，不要大惊小怪，惊慌失措。

本章都在讲什么

本章想告诉你，对待幼儿期的宝宝提出的有关性与性别的问题，大人应该如何解释。每个年龄段的孩子

理解能力都不同，最基本的原则就是你只做孩子能听懂的解释，采取孩子能接受的解释方式。这就需要了解你的孩子现在能听懂什么，在这个年龄段，什么是最重要的，以及用什么方式告诉孩子。从我的经验来说，你跟孩子之间越早开始这样的对话，在他长大点的时候，你就能够更加顺利和自如地持续这样的对话。本章将告诉你如何开始对话。

本章涵盖的基本概念

★ 教会宝宝识别身体的各个部位。

★ 了解简单的性别区分。

★ 了解自己身体每个部位。

★ 如厕训练。

★ 认识性别器官。

★ 简单知道为自己的身体负责。



认识身体的部位： 尽量使用正式名称

尽早帮助年幼的孩子认识身体的各个部位，告诉他们各个部位的名称，以及身体每个部位不同的功能，能够让孩子更早地认识、了解自己的身体。

事实上，很多父母在孩子还是婴儿或者学步的时候就通过儿歌和日常的一些小游戏帮助孩子认识自己的身

体，比如，这是你的小眼睛，这是你的小鼻子，你的小嘴巴在哪儿啊？你的小耳朵呢？

应该这么说：阴茎或者阴道

你之所以不能很坦然地跟孩子介绍这些部位，是因为你是一个成年人，很清楚这些部位的功能和作用，所以一想到要提起这些名词，你就一个劲儿犯嘀咕，觉得难以启齿。作为父母，你应该了解，其实这些名词对于孩子来说，就是一个

简单身体部位的名称而已，跟鼻子、眼睛、嘴巴比起来，并不会有多大区别。解决这种尴尬时刻的唯一办法，就是你克服心理障碍，让自己坦然地提到这些名词，反复说几次，你就不别扭了。

但是大多数时候，我们会跳过腹部和大腿周围的部位，直接指认膝盖以下的部位。你肯定从来没听过谁家的爸爸妈妈唱念：“你的小鸡鸡在哪里？你的阴囊在哪里？”这样听起来的确很奇怪。可是，谁又能忽略身体

的这些部位呢？事实上，大家也不是忽略，而是很尴尬地不知如何跟孩子提起这些部位的名称，也不想把孩子的注意力都吸引到这些我们觉得不便公然提及的部位。

另外，在最开始就清晰地、正确地教给孩子这些部位的名称是最佳选择。与其大人们躲躲闪闪地说“小鸡鸡”、“小屁屁”之类幼稚的、含混的词汇，不如直接对孩子说这些部位的名称。因为在大人们用很卡通、很口语的词汇教给孩子这些部位名称的时

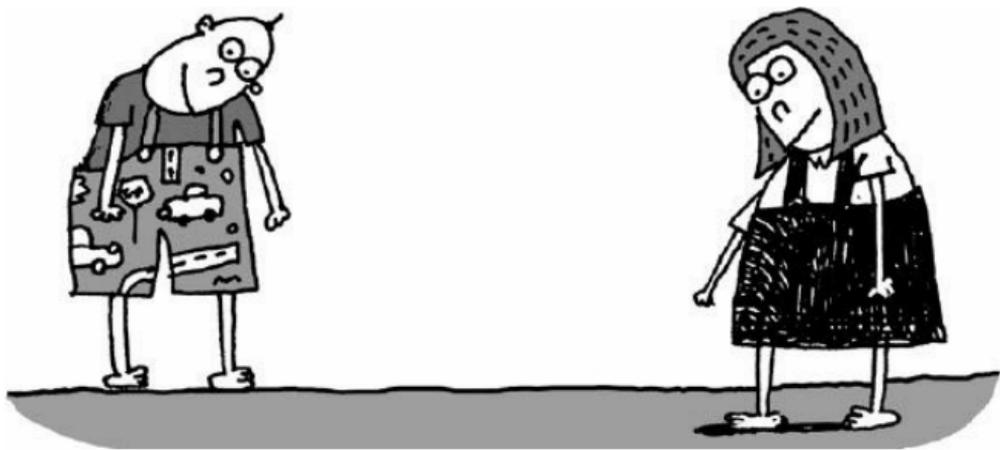
候，会敏感地感觉到神秘，觉得肯定有什么秘密藏在这些器官里。

男孩有阴茎和阴囊，女孩有阴部和阴道，还有阴蒂。这样的介绍，说出来的时候也许不能让你觉得自己很优雅或者很舒服，但是简单明了。对处在幼儿期的孩子介绍这些已经足够了。难道你成年之后，还会管自己的生殖器叫小鸡鸡或者小屁屁吗？

认识性别

如果你有儿又有女，一定能注意到孩子们自己就会逐渐发现兄弟姐妹的身体跟自己的有所不同。2岁左右的孩子开始注意到性别的不同，知道自己是个男孩还是女孩。幼儿期的孩子是通过分类来进行性别认知的，就像按大人的要求，把自己的玩具按照颜色、大小和功能分类一样，孩子们会按照男孩有阴茎而女孩却没有对自己身边的小朋友进行分类。你很容易听到这个年龄段的小姑娘在介绍自己的

朋友时说：“珠珠是女生，因为她没有小鸡鸡。”



面对这个年龄段的孩子，有个很好的办法，就是在家里帮助孩子不断加强对于性别的认知，比如，可以问孩子：爸爸是男孩吗？爸爸有阴茎吗？妈妈是男孩吗？妈妈有阴茎吗？豆豆

是男孩吗？豆豆有阴茎吗？（如果你家里的是个2岁左右的女儿，提问时最好把阴茎换成阴部）这样，孩子会逐渐明确区别家人的性别，哪些跟他自己一样，有阴茎，是男孩，哪些没有，不是男孩。

两岁左右的孩子逐渐能够分清性别，
哪些是男孩，哪些是女孩。

遭遇“爸爸，我能再看看你的阴茎吗？”及其他尴尬时刻的攻略

在教孩子区别性别的过程中，有时候会遭遇相当尴尬的时刻。比如，在银行排队的时候，女儿突发奇想，追着你大声地说：“爸爸，我能再看看你的小鸡鸡吗？”你一定特别想找个地缝钻进去，现在全世界的人都知道你跟女儿一起洗澡的时候，女儿看过你的阴茎。毫无疑问，给你办汽车贷款的业务员这下全知道了，但是，无论你感到多尴尬，也要尽量克制，绝对不能在那一刻恼羞成怒地对孩子恶语相向，简单粗暴地敷衍她的问题。要知道

孩子虽然让你无地自容，可是她没有什么过错，她只是在通过孩子的方式去努力了解自己的身体，也努力向你学习认识世界而已。告诉你一个最好的方法，你要很镇定地弯下腰，答非所问却清楚地、平静地告诉她：“当然，宝贝。男生跟女生不同，男生长着阴茎，女生却没有。”

这是我的身体， 我想看就看

在2.5~3岁的时候，孩子会对你的身体特别感兴趣，当然，对自己的也很感兴趣。会不断地寻找机会盯着爸爸妈妈的身体上下打量，问这问那。如果你不是特别介意，完全可以利用洗澡的机会开展身体教育，可以做很好地介绍，也可以适时回答一些平时宝宝对身体的疑问。通常，你都会遭遇一些让你汗颜的问题，比如，“妈妈，你的小鸡鸡呢？我有小

鸡鸡，你的小鸡鸡呢，去哪儿了？”还有更让你悲痛欲绝的，“妈妈，你的屁股为什么那么大？”被问到这些的时候，你肯定特别希望这个小东西赶紧闭嘴。

“妈妈，你的小鸡鸡呢？我有小鸡鸡，你的去哪儿了？”

但是，如果你可以很坦然地裸身跟孩子一起沐浴，其实这会是一段特别美好的亲子时光。你对自己身体的坦然态度，一定也会影响孩子对自己身体的态度，孩子也同样会很从容地

做些相关的提问，而不觉得忐忑和神秘。

我不喜欢在孩子面前裸体，会觉得很不安

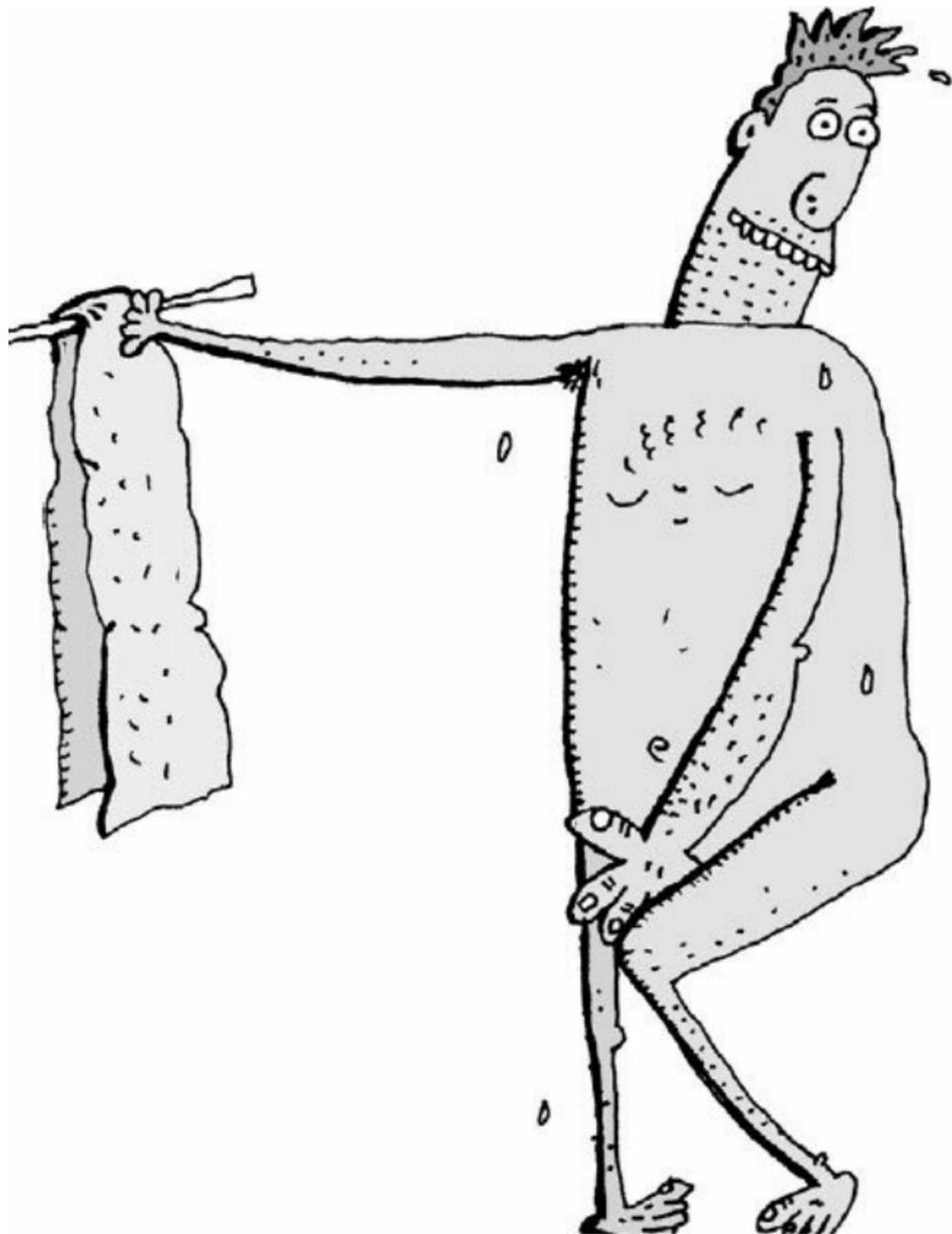
坦白地说，即便这样，你还是尽量不要在孩子面前流露出你裸身面对他时不安和惊慌的神态，尤其是孩子的性别跟你不同的情况下。裸身相对的时候，也完全没必要心中充满了罪恶感和厌恶感，对于这么大的孩子来说，爸爸妈妈裸身的时候和穿着衣服的时候说起身体的各个部位，并没有

什么太大的区别，不必过于担心自己的表现。你的不安，对谁都没有好处。

孩子为什么喜欢抚摸自己

孩子脱掉衣服的时候，都会显得对自己的身体很有兴趣，摸摸这、摸摸那，当然包括性器官。当孩子探索身体想知道身体的这些部位都是怎么回事的时候，有时候碰巧发现，抚摸自己的性器官时感觉很舒服，由于觉得舒服，他就会经常去摸摸。作为大人，首先应该知道，这是人的正常感受。从生物学的角度来看，人体的性器官布满丰富的神经末梢，比身体的

任何部位都敏感；其次也应该了解，自我刺激是孩子正常成长的一部分，几乎所有的孩子都会有这样的经历。大人不要依据自己的判断就认定这是在手淫，因为孩子这样做的目的并不是寻求性刺激，仅仅就因为他感到挺舒服而已。千万别斥责孩子，说那样做很肮脏，见不得人，并粗暴地拉开他的手，这些举动都会让孩子觉得羞辱并且不知所措。



孩子偶尔发现，触摸性器官的感觉很舒服，于是就喜欢经常去摸摸。

不过，如果你发现孩子在沙发上抚摸自己的性器官并显出很享受的样子时，也不能听之任之，最好告诉孩子：抚摸自己的身体本身没有问题，但是，这是很隐私的行为，可以在浴室或者卧室里做的事，在客厅的沙发上做就不适合。但是，提醒的时候别大惊小怪，更没必要为此喋喋不休，孩子可没耐心听你讲那么多。事实上，你规定的“不要在沙发上抚摸自

己的性器官”和“不要在卧室里吃麦片”，对这么大的孩子而言没有太大区别，仅仅是多了一条妈妈告知的规矩而已。不过，要记住，对于两三岁的孩子来说，家里的一切规矩都得经常提醒、不断重复，这样他才能养成习惯。

如厕训练的时候

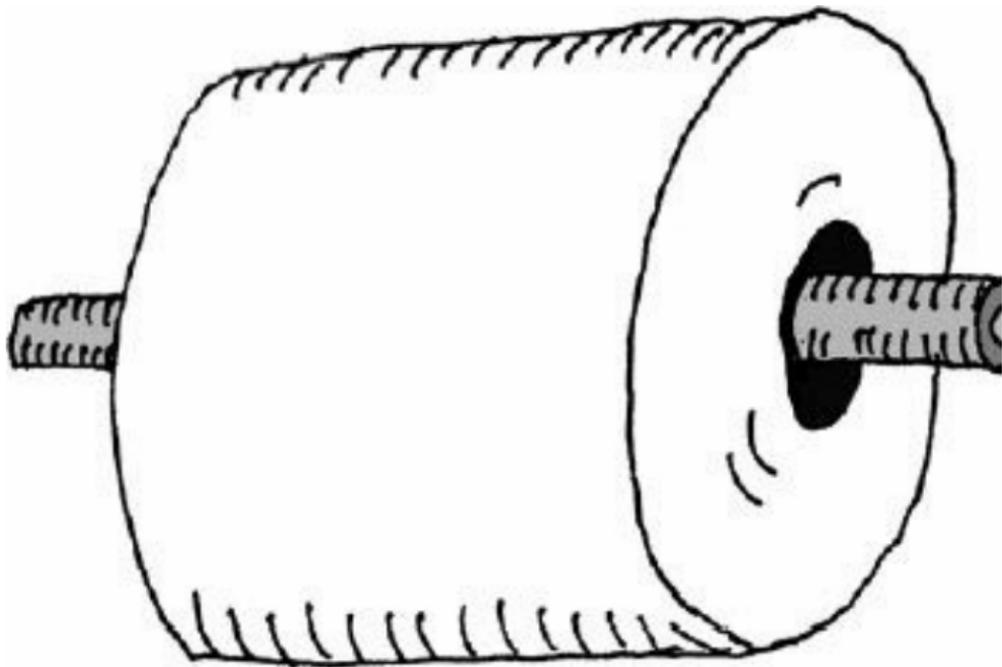
如厕训练对于1岁的孩子来说的确是件大事。你可千万别指望你的宝贝能一步到位地顺利学会自己大小便。最常见的状况是，他经常会在便盆上坐半天都尿不出来，刚刚离开却忽然尿裤子了。如厕训练的过程中会有很多机会帮助孩子指认身体的部位和这些部位都是用来做什么的。



你可以很自然地和孩子一起，在他坐在马桶上大小便的时候给他讲个故事，也可以随便聊聊。聊的内容当然跟臀部、生殖器之类的部位和这些部位的功能有关。应该鼓励孩子说出尿尿或是大便时的感受，让他自己体会在大便和小便的时候都用到了身体的哪些部位。在给孩子讲这些的时候，尽量用词准确，这样，孩子听习惯之后就能学会正确的表达。

如厕训练非常重要，在这个过程中孩子会逐渐学会如何感受和控制自

己的身体，也让他了解自己身体相关的部位都是如何工作的。记住，孩子尿裤子的时候不去责备他，和你在她成功地尿到便盆里的时候夸奖她，同样重要。要让孩子知道，就算她在如厕这件事上还是需要大人的帮助，你也同样为她的每一点进步和努力感到骄傲。更要让孩子了解，在他成长过程中，即使你的观念与他有冲突，你也是可以信赖并乐于帮助他的。



性别角色扮演： 兰博VS卡罗尔布雷迪

即使你的孩子已经非常清楚男孩和女孩的生理区别，他们还是更应该在社交活动中学习如何区分男孩和女孩的行为。3岁的时候，大部分孩子不仅可以告诉你他是男孩还是女孩，还能举出一堆很刻板的男孩应该做什么，女孩应该做什么的例子，甚至很多例子让在一边倾听的父母和其他大人们觉得很尴尬。



孩子的性别意识并不是天生固有的，他从身边的环境和周围的大人身上逐渐认识到性别的差异。一般来说，我们支持在孩子模仿那些符合他性别角色的行为时，给予充分的肯定和鼓励。比如，小男孩玩积木显然应该比他玩洋娃娃得到更多的赞赏和关注。

如果你去给朋友的孩子选择生日礼物，假如是男孩，你肯定觉得玩具卡车应该比芭比娃娃更合适。一般来说，父母不会给男孩买芭比娃娃；大

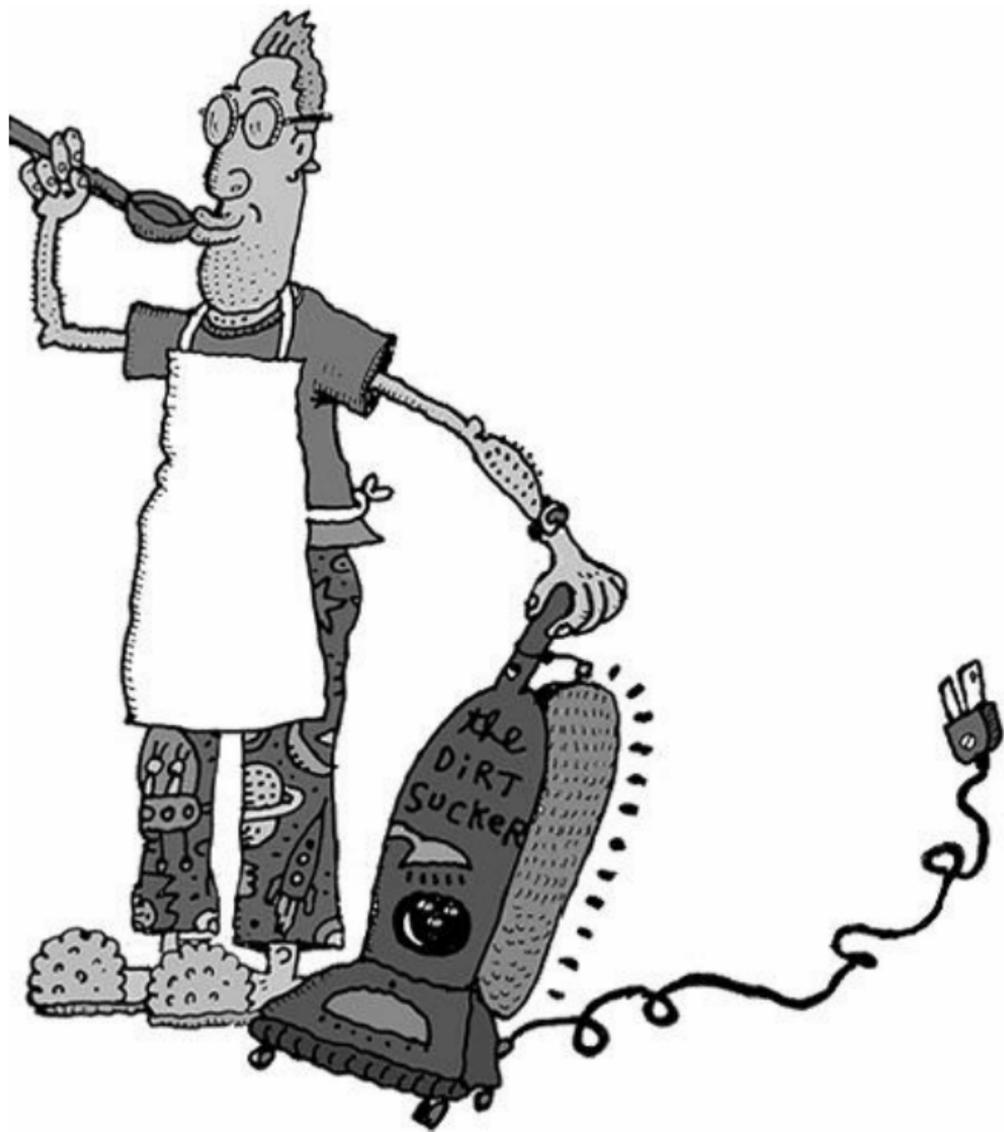
人们不会把属于男孩的玩具送给女孩，当然也不会把女孩的玩具送给男孩！这算是约定俗成，绝大多数的父母会很自然地做出这样的性别角色定位。



所以，跟其他事情一样，你想让孩子成为什么样的人，就要做出什么

样的榜样。比如，你告诉孩子男人和女人都应该做家务和照顾孩子，那在家里你也应该这么做才行，孩子见了才会相信你说的话是真的，对孩子来说是眼见为实。如果你和孩子在电视里看到，书里读到，或是生活中发现一些你所不齿的性别角色的行为，告诉孩子不能那样做的同时，也要记得今后严格要求自己，身体力行，一定也不要那么做。你想要灌输给孩子的那些准则一定是示范给孩子看到的，而不是仅仅停留在嘴边。虽然孩子还小，看起来只是关系到眼下这些简单

的性教育，但是这种态度将会一直持续影响到将来你对孩子的教育。



管好自己的身体

孩子通常都非常喜欢让父母、熟悉的家人或父母的朋友抱着和爱抚。需要提醒父母的是，要让孩子知道哪些爱抚是适度的和善意的，哪些不是。因为2~3岁的孩子通常只是很本能地享受大人的爱抚，完全不能理解大人某些行为的后果，孩子自己也不具备判断什么样的抚摸是合适的、什么样的抚摸是不合适的能力。



所以，尽早告诉孩子哪些抚摸是可以接受的，哪些抚摸是需要拒绝的就显得非常重要了。最好的办法就是给孩子一个分类，比如，认识的人当中，只有谁是可以触碰孩子的哪些身体部位；孩子的隐私部位，就应该只有孩子自己和父母在洗澡和检查湿疹的时候才可以碰，或者是被父母允许并当父母在场时，如为孩子检查湿疹或者清洁生殖器的医生，也是可以的。当然都要尽量事先得到孩子自己的允许。毕竟，那是孩子自己的身

体。

怎样的抚摸是可以接受的，怎样的抚摸是需要拒绝的。

和孩子在浴室沐浴玩耍的时候，在跟孩子玩让孩子指认身体部位的游戏时，或者是在如厕训练时，都可以跟孩子强调这个原则：只有在特定的场合、特定的人才可以碰他的隐私部位。事实上，这么大的孩子并不能完全理解你说这些话的意思，但是没关系，这些提醒和教导都会在他的心里播下如何好好保护自己身体安全的种

子，建立良好的意识，让孩子今后安全地成长。

推荐的游戏和活 动

哪里是你的_____

这个游戏其实算是我们从小就跟孩子一起玩的“宝宝的小鼻子在哪里，小耳朵在哪里”的完整版。当你给孩子梳洗打扮，然后帮他穿衣服时，就可以开始这样的游戏。注意，一定别跳过肚子和膝盖之间的那些部位，这是游戏中非常重要的一环，要做得和指引孩子认识“宝宝的小手指

在哪里，宝宝的小脚丫儿在哪里”一样自然。对大点的孩子，你还可以多问一句：什么地方是只有自己和爸爸妈妈才可以碰的隐私部位呢？这样做的目的，是为了帮助孩子强化关于有些身体的部位是非常隐私的，不能随意让外人触摸的概念。这样做的次数越多，你的态度就会越坦然。孩子从游戏中得到同样的玩耍的乐趣，假以时日，再提及这些隐私部位就会显得非常自然，也会顺理成章接受对自己的身体该坚持的原则。

谁有什么呀

这个游戏是通过分类识别来帮助孩子了解自己身体的部位和性别特征。玩游戏的时候，指认一些身体部位，然后问问孩子，他认识的家里的大人们都有哪些部位和特征。比如，爸爸有长头发吗？爸爸会涂指甲油吗？爸爸会长胡子吗？妈妈是不是会穿高跟鞋呀？孩子通常都非常喜欢这样的游戏。不过，虽然是要教给孩子分辨性别特征，也不必刻意着重于谁有阴茎，谁没有这样的问题，身体的

各个部位都可以提问。孩子的表现一定会让你大吃一惊，原来他知道的真不少呢！

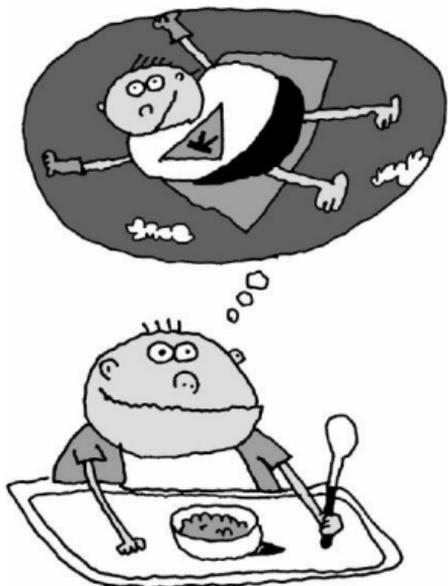
浴室里的聊天游戏

在帮孩子洗澡或者陪孩子如厕的时候，跟孩子聊聊，提醒孩子学会在合适的场合和时间与人谈论隐私部位，也可以帮助孩子理解之前家里的一些相关的规矩。当你发现孩子们正滔滔不绝地当众交流这些隐私的话题时，应该马上以平和的态度制止，并

小声提醒孩子，他们应该去合适的地方（比如，浴室）谈论这个话题。一般来说，孩子们马上就会停止讨论。如果他们真的按照大人的建议去浴室继续聊天，家长应该赞扬他们的行为，并让他们继续随心所欲地聊。你要做的是，确保在他们走出浴室的时候，结束类似的聊天。一般而言，就算孩子选择去了浴室，用不了几分钟，他很快会对这种话题失去兴趣。

男孩可以做什么？女孩可以做什么

这个游戏可以帮助孩子理解男孩和女孩有着不同的性别特征和承担各自的性别角色。你可以问孩子这样一些问题，比如，女孩可以做医生吗？女孩可以做爸爸吗？男孩可以做护士吗？男孩可以做妈妈吗？设计相关的小问题，能帮助孩子逐渐准确分辨性别特征和认知性别角色，通过你的引导，让孩子形成对性别的最初概念。



常见的一些问题

Q: 我3岁的女儿喜欢在我洗澡或是换衣服的时候有意无意地盯着我看，尤其最近，她对我的身体显得特别有兴趣，看得我心里很不舒服。她的行为和我的反应正常吗？

A: 性别识别是孩子在成长中很自然，也很重要的一步。在这个过程中，孩子不仅仅对自己的身体感兴趣，对家庭里其他成员的身体也一样有兴趣，特别是对父母。你的女儿忽

然对你的身体有兴趣，说明她观察到她和你身体之间的联系，也想了解为什么会有这些联系，这是孩子成长很重要的一步，作为父母，应该把握这个机会，主动和她讨论男孩和女孩、男性和女性的相同与不同。如果你对孩子在看到你裸体感到不舒服，也可以在大人洗浴的时候关上浴室的门，谢绝孩子的“参观”，随后引导孩子去关注她自己的身体而不是你的身体就可以了。这样做也没什么不好，因为接着又得到了提醒孩子讨论关于隐私和保护隐私的分寸的机会：浴室有人用

的时候，想要进去就该敲门，征得对方的同意后才能进浴室。

Q：我的孩子从外面大孩子那里学会了一些难听的粗话形容阴茎，比如，小鸡巴，小香肠，就算在家里我们用正式的书面科普名称，比如，阴茎，他还是喜欢用那些词来表达。当孩子这么说的时侯，我应该怎么办呢？

A：孩子模仿自己的哥哥姐姐或身边玩伴说什么都是正常的。父母听到之后的态度和作出何种反应决定了

孩子这样说多长时间。换句话说，如果你对孩子说脏话或者不雅词汇时的反应过激，后果就是，孩子会变得更加喜欢使用这个词。与其说他喜欢那些词，不如说他对你的奇怪反应更感兴趣，孩子会很好奇地一再反复，因为很喜欢看到爸爸妈妈像被按了开关一样听到自己这么说马上变得暴跳如雷了。最好的方法是听见孩子说这样的话时，不做激烈的反应，也不去责骂，不去说“天啊，你那么说好恶心”什么的，换个态度，心平气和地简单表明你的态度：“在我们家里都

不这样说。”然后继续你自己手中的事情就可以了。

Q: 我从小到大从来没有跟父母讨论过关于性和身体的话题，事实上，我的父母好像也从来没有跟我提到过阴茎或是阴道这类字眼。现在我自己有了女儿，我非常希望能跟我的女儿自然地讨论这类话题，可是觉得用科普的名词和**2岁**的女儿谈及身体好像有点可笑。我想知道，要是用小屁屁之类的儿语来代替阴部和女儿讨论的话，会有

什么问题吗？

A：很多父母出于成人的偏见，觉得性和身体之间的关系难以撇清。其实2岁的宝宝并不会因为大人使用儿语或是正式的名称而感觉到有太大区别。之所以建议使用专有名词，是希望能从孩子很小的时候就传递给她一种对待这类问题的态度。想象一下10年之后这个小女孩长大了，她想知道这些令人焦虑的问题时你再想影响她，难度会有多大？所以我们稍加判断就可以知道，从幼儿期就开始性知

识方面的教育，孩子就会慢慢具备简单的知识和保护自己的意识，在孩子长大之后，有些貌似难以启齿的问题也能和父母坦然交流。既然有这样的益处，那我们就把现在做的事看做是为陪伴孩子成长所做的准备吧。

学步期的孩子期望了解什么

本节告诉父母小一点的孩子对自己的身体能够逐步理解到什么程度，仅作为参考。记住，对2~3岁的孩子来说，性只是代表身体某部位的那几个名词，并感受到最简单的性别差异。

(1) 孩子会对自己的身体很感兴趣。

(2) 会尝试用很多方法刺激和抚摸私处（但绝对不是手淫）。

(3) 嘴里可能随时会跳出一些让父母或其他大人们尴尬的字眼，但孩子并不是故意的。

(4) 当她开始常常提起如厕这件事的时候，其实是在用自己的表达方式告诉你，她已经开始尝试掌握这种重要的自理能力。

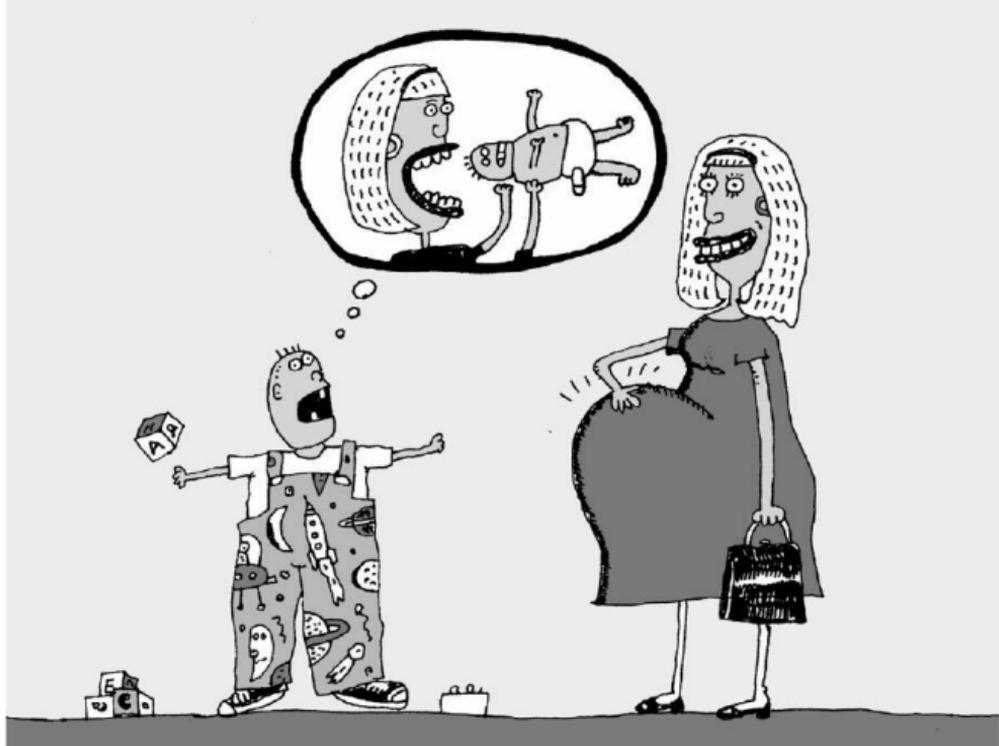
(5) 孩子需要父母为她明确设定一些行为准则（例如，不能在浴室

以外的地方公然讨论这类话题）。

（6）她需要父母帮助她确立关于身体的原则和规矩（比如，除了父母为她清洁私处或者在医院由医生检查身体之外，任何人都不能随意触碰她的私处）。

（7）她开始意识到自己的性别是什么，模糊意识到性别角色并形成一些关于性别的固定印象。

第二章 你吃了 你的宝宝吗



和学龄前的孩子 谈性

有一天，你和怀孕7个月的好朋友在自家客厅聊得正高兴，这时，4岁的儿子走进来，你注意到他盯着朋友凸起的腹部反复打量，于是对儿子说：“嗨，宝贝，你知道吗？阿姨肚子里有个小宝宝呢，你觉不觉得很奇妙？”他面对着你，毫无表情地看你一眼，然后背对着你的朋友走开了。几分钟后，他转回来，不太友好地对你的朋友说：“阿姨，你的宝宝怎么

会在肚子里呢？是你把他吃进肚子里去的吗？”

好笑之余，你一定也意识到，是该给孩子讲讲肚子里的宝宝是从哪儿来的了，免得他觉得很恐怖，以为所有的妈妈都是食人族呢！但是，要从哪里讲起呢？

本章都在讲什么

在这章里，我们将帮助你用正确的方法给学龄前的孩子简单讲讲宝宝是从哪里来，以及是怎么来的。也

许，你会犹豫对于这么小的孩子来说，思考和讨论生殖繁育的过程是不是太早了？但事实上，这个年龄是帮助孩子了解自己的身体是如何工作的最佳时机。因为学龄前是一段非常独特的时期，在这几年中，孩子一只脚已经迈进了具体的现实世界，另一只脚却仍然固守在童话世界里。对他而言，长大成为消防员、蜘蛛侠，或是隐形的仙女都是可能实现的。在他的眼里，就没有不可能的事。所以，趁着孩子们有浓厚的好奇心，让他有机会了解，任何答案对他来说，都会比

今后任何时候更容易接受。

本章涵盖的基本概念

★ 了解性别的固有特征。

★ 婴儿从哪里来——生育的基本原理。

★ 社会性语言和适度行为。

★ 身体隐私的底线。

总之：男孩就是男孩，女孩就是女孩

对学龄前的孩子来说，成长中一个重要的里程碑就是能够非常清楚地了解自己的性别，知道男孩有男孩的玩伴，女孩有女孩的玩伴，以及以后会长大成为男人和女人。当然，这件事对于家里有学龄前孩子的父母来说或者真不能算大事，因为还有好多大的进步接踵而来，比如，孩子突然学会了自己上厕所，开始主动尝试自己穿衣服，不再每隔15分钟就想要尿尿

等。但是，对性别的初步认识能帮助孩子更好地理解自己的身体是如何工作的，也对孩子长大后如何演绎他们的性别角色产生着重要的影响。

重要的不是说什么，而是要怎么说

很好，现在你决定和家里这个小孩子坐下来面对面地聊聊关于性的话题。不过呢，看得出，你的内心是如此紧张，以至于还在犹豫跟孩子谈还是不谈。

建议：当你自己对讨论性这件事焦虑不安时，就先别急着去影响你的孩子。因为，孩子虽然不太理解你为什么不自在，但是会被你感染！这样产生的压力对你和孩子都没什么好影响，所以，如果在这种情况下还要很严肃地跟孩子坐下来勉强讨论就会事与愿违。不如挑选一个你和孩子都轻松开心的场合，先找个简单又温和的话题聊起，比如，问问儿子怎样才算是男孩？或者他对自己的身体有什么发现？重要的是让孩子感觉到你随时随地都

愿意耐心和他讨论遇到的任何问题，而并不是非得刻意在一个特定的时间围绕特定的主题才能交流。无论什么时候，做个乐于倾听的父母，就能发现和孩子的交谈总是会带给你很多意外的收获和感动。

比以往更加着迷地想要知道身体的每个部位都是怎么回事的年龄。

在家中，孩子本身的性别在很大程度上决定了他在和你谈及男孩和女孩应该是什么样的、男孩的身体和女

孩的身体都有什么区别以及那些部位都是用来做什么的这类话题时的立场。你的儿子会逐渐认识到他不仅永远不能变成一个女孩，长大以后也绝对不会生宝宝；你的女儿也会慢慢了解她长大了可以生小孩，但肯定不会长出阴茎。在孩子开始明确认识到自己身体的性器官将伴随他一生的时候，突然变得比以往更加着迷地想要知道自己为什么长着这些器官，以及这些器官都是用来干什么的。

小孩从哪里来？ 他是怎样到那里去的

切记，在跟家里那个学龄前的孩子谈及有关性的概念时，千万别和那些欢愉的感受、彼此的感情以及所有你知道的相关生物学知识，或者什么逻辑扯上关系。抛开成人世界里提到性的时候自然而然涌现在你脑海中的那些浪漫、性感，选择最简单直接的措辞和解释，就像解释动物的生育繁殖一样仅仅告诉他一个过程就好了，无需过多描述。学龄前的孩子只是想

知道小孩是怎么进入妈妈的身体，然后又怎么出来的而已，吸引他的就是了解这个简单机械的过程，知道这个过程他就心满意足了。

你得搞清楚正在跟你对话的这个小东西眼下连左右脚的鞋子都分不清呢。

其实，开始这类谈话时最好的办法就是问问孩子：“你觉得小孩是从哪里来的？怎么来的呢？”放心，他绝对有自己的答案，有时候你会发现，他知道的真的比你想象的要多得多呢。也有的时候，他的回答完全是

没有基本常识的笑话。所以，就算听到你4岁的孩子很肯定地告诉你，婴儿是在妈妈胃里长大，然后从妈妈的肚脐眼里生出来的时候也不必感到惊讶。不管孩子如何回答，你都能从中大致判断出孩子这时候已经知道了什么，和他想知道什么。那么，话题就可以从他想知道的那些内容开始。



跟孩子讲解这些的时候，没必要一次就非得从头到尾地给孩子讲清楚婴儿是怎么出生的。其实，4岁左右的孩子只会提出简单的问题，理解简单的答案，对多余的答案不但没有兴趣听下去，更没有足够的能力继续刨根问底。所以，别着急，孩子有兴趣听的时候多讲两句，没兴趣了就马上结束。可以等到孩子过段时间又提出想进一步深入了解时再继续你的讲解。其实，一般来说，你还会有意外的发现，比如，你认为自己解释得很

清楚的内容，孩子听到之后的理解却很具有戏剧性；你对4岁的女儿讲到过孩子是从妈妈的阴道而不是肚脐眼里生出来的，改天也许听见她很笃定地在告诉她的朋友们说，等她长大了她会把孩子尿出来也难说！

孩子有兴趣听的时候多讲两句，没兴趣了就马上结束。

不用刻意地去设计这样主题的对话，关键是要挑选合适的时机。随时都接受孩子提出的问题，回答时也尽量着重在孩子提问的那个方面就可以

了，不必做过多联系和联想。但是，如果你认为教育孩子的工作可以一次就搞定的话，比如，你告诉孩子：“爸爸在妈妈的肚子里播了一个宝宝的种子，然后宝宝种子发芽了，开始像一株植物那样在妈妈的肚子里长大，然后9个月之后宝宝就出生了……”那你就大错特错了。你要知道，你是在和一个如果没人提醒连左右脚的鞋子都分不太清的孩子交流，要学会耐心地等待和寻找跟孩子说这些话题的合适时机。如果哪天孩子很有兴趣地追问有关自己的身体，以及

自己怎么长大，或者开始关注别人家的婴儿的时候，你就要抓紧机会，可以开始和孩子谈这类对你来说有点敏感（其实对孩子根本不是）的主题。对孩子来说，这类问题是否得到答案无关紧要，而你是不是那个随时可以帮助他的人，是不是真心乐意为他解释的态度，才是最重要的。

我的孩子压根就不问这类问题怎么办

你的孩子也许从来没问起过宝宝是哪儿来的和怎么来的这类问题。但是，为了避免等到孩子长大之后你再尴尬地去做这类沟通，还是建议你在孩子小的时候主动寻找机会，主动提出这样的话题。比如，你们一起看电视或一起读到的一本书里有孕妇的场景，或者一起去邻居家串门看看新生儿的时候，都可以向孩子提出类似的问题：“宝宝，你知道婴儿是怎么

出生的吗？”让孩子知道这样的问题是可以从父母那里得到答案的，就算他当时还是表现出不想回答也不想了解的样子也没有关系，但是，可以肯定的是，有了你的引导，他至少开始想这类问题了。

如果孩子不满足于简单解释，继续刨根问底，我该怎么办

这个年龄的孩子充满了好奇心，也非常好学，但是他并不太理解那些抽象的概念，比如，生命的

真相和性行为。他也同样不能理解怀孕生小孩还会有情感的因素，所以，干脆就简单明确地把过程告诉孩子：爸爸把阴茎放入妈妈的阴道里释放精子，精子进入妈妈的卵子，孩子就开始在妈妈肚子里成长，一直到10个月宝宝长得足够大了，妈妈就把婴儿从阴道里生出来，宝宝就是这么出生的。其实，即便这样讲解，孩子也不见得能完全理解，只是让孩子对这个过程有个大致的概念，重要的是，你说的是事实。



孩子提问涉及父母的隐私怎么办

随着和家里这个学龄前孩子在这类话题上逐渐有了相对深入的讨论之后，你就会发现孩子很可能提出一些涉及你自己隐私的问题，比如，你什么时候再怀孕呀？我可以看看爸爸把阴茎放到你身体的哪里去了吗？会让人听了非常不安，觉得难以启齿去回答。没必要为此大惊小怪，因为孩子在这个年龄并不能理解隐私的概念，更不知道如何把握提问的尺度，从他

的角度来说，想知道那样一些“隐私”问题的答案和他想知道洗碗机是如何洗碗在本质上没有任何区别。

“我能看看爸爸把阴茎放到你身体的哪里去了吗？”

回答孩子类似问题时语言描述要具体，态度要坦诚也要豁达一些。最好用孩子的身体做示范，而不是你自己的，这样孩子对生理结构就能一目了然。另外，别忘了你的好帮手——相关的图片，合适的图片比一大堆语言的描述更能说明问题。找一本有小

孩从母体娩出过程插图的书，孩子看着你可以在一边指点解释，这样的解答方式也会使得那类像“阴茎到底去哪里了？”的问题迎刃而解，你可以这么说：“看，它进入了妈妈的这里，这个部位叫阴道。”

作为父母，需要帮助孩子建立关于身体的原则，告诉孩子哪些是可以做的，哪些不可以。

那些关于你的身体或者让你不舒服的问题，你可以不必回答。作为父母，需要在引导孩子认识和了解性的

话题中帮助孩子建立关于身体的简单原则，明确告诉孩子哪些是可以做的，哪些不可以，在孩子提出那些触及你自己隐私的问题时，也一样。另外，父母不要显得过于敏感，其实，对孩子来说，这一切无非是反复的尝试错误而已。

我在卫生间，请勿打扰！帮助孩子建立关于保护自己的底线

这个年龄的孩子，对面包机里面究竟是什么样子、院子里的每一块石头下面到底藏着什么都充满了好奇。这个阶段，也是个相对纠结的时期，孩子会反复尝试挑衅父母建立的底线和原则，那么，父母需要做的则是耐心帮助孩子不断巩固和确立那些基本原

则。孩子会花很多时间去试图挑衅正确的言行，特别是在语言上。虽然这时候大部分孩子已经都学会了怎样独立如厕，可是浴室里的教导却远远没有结束。甚至于有的时候，你会发现，就算你在家已经立下了明确的规矩，哪些话可以说，哪些不可以，孩子在这方面的表现反而更糟糕了。不过即便他的挑衅让你挠头，你也要在浴室时间尽量用诚恳的谈话态度去解决问题，这样会让情况好转。最好的方式，就是在孩子用语错误的时候，选择在浴室聊天的机会态度平和

地再次告诉他咱们家是怎么说这件事的。当孩子使用正确语言时，作为父母也应该做出正面的回应，赞扬孩子，在这过程中，大家有了更多乐趣。

浴室里谈话的态度越诚恳，孩子越容易接受。

在家里可以给学龄前孩子规定使用浴室的要求。其实，细心观察不难注意到：小孩子也会在走进浴室的时候顺手把门关上，不想让别人看到他在里面的样子，这时候要及时鼓励

他，孩子开始注意到需要保护自己的隐私，这是件好事！要让他知道，不论何时何地，在他使用浴室的时候都应该关好门，别人要进来需要得到他的允许才行；反过来呢，当别人使用浴室的时候，他也不能够擅自闯进去。应该尽早告诉孩子，浴室门关着的时候，需要敲门，得到别人允许的时候才能进入。

进前请敲门



请问医生在吗

当你撞见家里的孩子和她的朋友脱掉裤子露出小屁股，一个在为另一个打针的样子，也许会被吓一跳吧。对这么大的孩子来说很正常，他们互相之间对彼此的身体很好奇，很想知道对方的身体究竟是什么样的。只是，他们需要知道这个世界上还有身体隐私的说法，每个人的身体都有不能随意让别人触摸的部位。当你发现孩子在玩扮演

医生的过家家游戏时，不要暴跳如雷，更不应该羞辱孩子。你可以温和地让孩子们把裤子穿好，告诉他们每个人都有自己的隐私部位，不能让别人随意触摸，然后接着让孩子们重新开始游戏。之后再找合适的机会单独向孩子提起这件事，问问孩子是不是想知道那些关于身体的问题，如果孩子提问，就态度诚实地就事论事地回答。事后你也要告诉孩子朋友的父母这件事的过程和你处理的方式。这其实是和其他父母沟通如何处理孩子类似问题的

好机会。不管他们是否会像你那样去做，或者无论你是否赞成他们的观点和方法，你毕竟知道了他们的想法，这样，你的孩子在朋友家里玩时，你就能心里有数了。

别看着我

这个年龄的孩子有时会忽然变得特别害羞。前一分钟还兴高采烈地光着身体大踏步地跳来跳去，告诉你他是恐龙，而恐龙是不穿衣服的；转眼，他又变成了害羞保守的样子，告诉妈妈帮他穿睡衣的时候必须闭上眼睛，不能看着他光着的样子。也就是说，其实孩子这时候已经模糊地意识到了公开和隐私的问题，但是他需要你的帮助和肯定。要观察到孩子成长的这些迹象，如果善用这些蛛丝马

迹，就可以成为赢得孩子信赖的起点，也顺理成章地在孩子内心建立家中认同的家规。

要顾及、尊重孩子的隐私和保证孩子的安全。

可能你给跟自己不同性别的孩子洗澡时并不会觉得不舒服，那就一起洗也没问题。但是，如果你觉得不安，或者你觉得孩子感到不安，那就别那么做。每个人都可以选择最适合自己和孩子在这方面相处的尺度，还得兼顾尊重孩子的隐私和保证孩子的

安全。比如，你可以不在浴缸旁盯着孩子洗澡，但是也别离得太远，因为不管孩子多大，都有滑进浴缸里摔倒溺水或者碰伤的危险！

我要和妈妈结婚

你得帮助孩子了解什么是爱情和婚姻。4~6岁的孩子理解爱的程度，基本就跟他们理解到彼此之间性别差异的程度差不多。对于父母亲都完整的家庭的孩子来说，爱还意味着结婚。绝大多数学龄前孩子和四五岁的孩子都会经常说他要和谁结婚或是谁想和他结婚，就仿佛是孩子版的相亲游戏一样，只是他们没有成人版的像《非诚勿扰》里的配对环节。很显然，那个兴致勃勃地回到家并且宣布

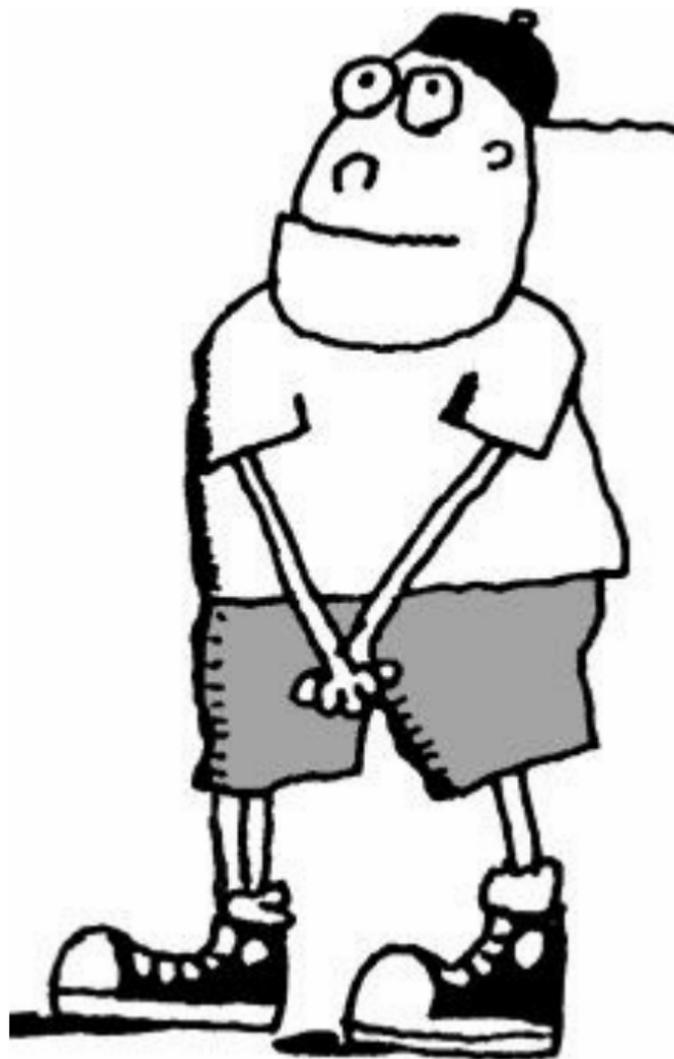
他打算和一棵树结婚的小孩，并不真正明白什么是婚姻，但是至少这样的想法显示了一种信号，就是孩子多少理解了爱在婚姻中很重要，以及他懵懂地洞察到未来的社会角色跟性别有关的部分（当然娶一棵树为妻除外）。所以，当听见孩子信誓旦旦地说等他长大了要和妈妈结婚的时候，不要草率地认为孩子有心理问题而大惊小怪，那是孩子对妈妈的赞美和仰慕，也说明孩子已经开始意识到自己的性别角色。

孩子版的相亲游戏缺少了成人版的像
《非诚勿扰》里的配对环节。

如果孩子仍然喜欢摸自己的隐私部位怎么办

不少学龄前的孩子都常常隔着衣服或脱掉衣服去触摸自己的私处，为什么呢？因为触摸那里会产生生理的快感，对大多数孩子而言，就是觉得摸着舒服。公平地讲，大部分的孩子这么做的时候，甚至是无意识的。父母一定要了解，这种触摸绝对不是手淫，只是孩子让自己安静和放松下来

的一种方式而已。大人一定不要为此呵斥和羞辱孩子，而是要不断地提醒孩子，告诉他不能在众目睽睽之下就这么堂而皇之地摸自己的私处，那样做不合适。你可以在陪孩子洗澡或者如厕的时候提起这些，叮嘱孩子在浴室或是卧室能做的事，在客厅或者超市里是不能做的。



保护自己的身体：别人不能碰你的隐私部位

如果有人未经允许碰你的隐私部位，赶紧离开他去告诉父母。孩子往往并不是真的知道身体的哪些部位是绝对不能让别人碰的。要明确告诉你的儿子，他的阴茎、睾丸、肛门，告诉你的女儿，她的乳房、阴部、肛门，这些是非常隐私的部位，任何人包括爸爸妈妈，没有经过本人的允许

都不能触碰。对这么大的孩子来说，唯一的例外场合应该是医生给他们检查身体的时候，不过这个时候，监护人必须在场。还需要明确跟孩子强调，任何人，包括他的小朋友都不能向他提出摸摸隐私部位的要求，谁都不能摸。

任何人没有经过他的允许都不能随便摸他的隐私部位。

要向孩子强调：身体只有自己有权支配和做决定，任何人都无权支配。要教孩子当有人想看他的隐私部

位，有人主动暴露自己的隐私部位，或者是让他去摸别人的私处时，他应该如何应对。首先，不要害怕、不要惊慌失措。如果对方对孩子说：“不能告诉你的爸爸妈妈哦，这是个秘密！”之类的话时，该怎么处理。让孩子知道，如果有任何一种上述情况发生，一定要明确拒绝对方，赶紧离开那个人，跑来告诉爸爸妈妈。平时这样的教导当然不一定可以彻底杜绝坏人对孩子的性侵犯，但是会让孩子知道，只有他自己才拥有自己身体的权利，他要学会保护自己的身体，并

且碰见侵犯时要态度坚决地保护自己、拒绝侵犯。

推荐的游戏和活 动

宝宝出生时的故事

孩子都会对自己出生时的故事特别有兴趣，那就讲给他听。讲这些故事的好处在于可以帮助孩子更形象地知晓小宝宝在妈妈肚子里是怎么长大的，又是怎么生出来的。学龄前的孩子就增加点难度，不但要求孩子自己讲述，还可以用提问的方式帮助他不断把注意力集中到自己讲述的故事

上，并引导他持续下去讲得更加完整。这么做不但非常有趣，而且可以培养孩子叙述故事的能力，加深孩子对宝宝从哪儿来，又是怎么出生的这个过程的理解。



分享宝宝成长记录

你家里一定有宝宝的成长纪念

册。可以跟孩子一起分享你为他做的宝宝成长记录，可以聊聊婴儿是从哪儿来的。如果你还保存着孕期的B超图和孩子在婴儿时期的那些照片，可以一起拿给孩子看，让孩子形象地了解他自己是如何在妈妈肚子里长大，妈妈是怎么把他生出来，又是如何把他养育到现在这么大的。要是家里没有这样的成长纪念册，也可以去图书馆借或去书店买几本相关的有着怀孕和宝宝诞生精美图片内容的书。和孩子坐在一起，大家都会非常享受过去的温馨回忆，孩子也一定更愿意在这

种时候向爸爸妈妈提出平时也许不太好意思提的那些关于婴儿是从哪儿来的问题。

去郊区的农场

孩子在有动物的环境里很容易就有机会看到动物的自然繁衍。比如，领着孩子去鸡圈里观察小鸡是怎么孵化的，到池塘里捞点小蝌蚪等着看它如何变成小青蛙。去动物园玩也是很好的选择，在动物园的小商店里买条金鱼或一只小仓鼠，也许再买一只送

给他的好朋友，或者就带他去农场，观察在自然界生命是如何开始的。他就能把你们谈话中那些抽象的概念和看到的情景结合起来，更好地了解婴儿是从哪儿来，又是怎么出生的。

当我长大了我会成为__

——

这个游戏的目标是让孩子去想象他长大后会有什么、想在哪儿生活、从事什么职业等。玩的时候大家每个人都轮流做主角，说说自己长大后

成为什么，可以是成为爸爸或者变成一只蜥蜴！其他的人就可以问问他，想做什么工作，在哪里生活，最想干些什么等问题。对这个年龄的孩子来说，这是一个非常有趣的游戏，因为他心中充满着奇思妙想，也真的相信自己长大能变成一只蜥蜴！



发现生活中的感动瞬间

这个游戏的目标是让孩子学会洞察和感受到来自于他人关爱、尊重和宽容的举动，也在这样的过程中把一些良好的品质逐渐强化和灌输到孩子内心深处。当你观察到孩子对朋友很友善的时候，就应该马上表示你注意到了这一细节，然后表扬他：“我发现你很棒，会把自己心爱的玩具和朋友分享哦！”帮助孩子关注那些家庭成员之间饱含着爱和尊重的小事情，父母如果经常这样做，孩子会感同身

受，从而更好地强化孩子内心的爱和宽容的品质。

常见的一些问题

Q: 我有一个**5**岁的女儿和**3**岁的儿子，我发现儿子和他姐姐一起洗澡时，儿子的阴茎有时候会竖起来，让他们继续一起洗澡合适吗？

A: 如果你或者你的女儿感觉非常不自在，那么就考虑别让他们一起洗澡了；如果没有那么严重，正好利用这个一起洗澡的机会回答女儿或者儿子可能提出的一些问题。每个家庭都有自己能承受的一些特殊情形，只

要大家都觉得相安无事，怎么做都可以。这次，你也得根据家人是否觉得安心来判断和决定在这件事上应该怎么做。

Q: 我的女儿已经6岁了，但是从没有问过我关于宝宝从哪儿来之类的问题。现在到了该上学的时候，我不想让她到了学校里听大孩子们谈论有关性的话题时大吃一惊。但是，我又觉得也许是她还没有成熟到想了解这些问题吧，不然她早就跑来问我了呀。我觉得她准

是还没有想过这个问题，我该怎么办呢？

A：首先，别轻易下结论觉得你的女儿对宝宝是怎么出生的这类问题不太感兴趣，或是她在这方面一无所知，也许不管对错，孩子都知道得不少呢。几乎所有这个年龄的孩子对宝宝是怎么出生的都已经有了模糊的概念，对他们自己的身体也有丰富的认识。据我判断，她应该只是觉得很不好意思向妈妈提出这样的问题而已。你可以利用你们在一起的时候，比

如，开车的时候、散步的时候、在沙发上嬉戏的时候，问问她知道不知道宝宝是从哪儿来的，接下来你就可以把一切都告诉她了！

Q：我5岁的儿子非常热衷于玩装扮游戏，可不光是打扮成超人或是坏小子，什么服装他都有兴趣穿戴，甚至包括女人的裙子和时装帽子。这件事让我有点担心，我该怎么办？

A：从这位妈妈提出的问题可以看出，成人其实都有性别成见。起码

来说，男孩喜欢穿着打扮，不意味着混淆了性别，也不能说明孩子有同性恋的倾向。这个年龄的孩子对融入现实世界非常着迷。不要训斥孩子，应该鼓励他说说为什么他喜欢打扮成军人的样子，又为什么喜欢穿着妈妈的鞋子或是戴上妈妈的帽子，也许孩子有充分的理由，有着过人的审美天赋呢。

Q: 有一次，我带着4岁的儿子在银行办事，他忽然大声宣布：“我想和ATM机做爱！”我当时

尴尬得恨不得找个地缝钻进去，真的不知道如何应对，只好假装没听见，不搭理他。我也不知道这么做对不对，可是不这么做又能怎么办呢？

A：别紧张，这样的情况几乎所有家里有这么大小孩的父母都会遇到。孩子通常会一股脑地把自己刚听见的学来的新知识、新词汇混搭着用到生活中的各方面，却未必知道自己用的合适不合适。你可以在事后问问他从哪儿听到这个词的？明白那是什

什么意思吗？通常孩子都不知所云。你当时处理的态度很好，父母的过度反应反而会引起孩子更大的兴趣，强化他对这些词汇的印象，孩子就会变得特别喜欢频繁地说，然后为了引起你更多地关注，还会去学更多其他让人难以接受的性方面的脏话。想办法让孩子知道他那么说是不合适的就可以了，其实孩子说起“做爱”这个词跟说“臭鼻屎”这样的话时没太大区别，大人不必过于大惊小怪。

Q: 我4岁的儿子经常和邻居年

纪相仿的几个孩子一起玩，昨天邻居孩子的妈妈打来电话说看见这几个小孩脱了衣服光着屁股，触摸彼此的隐私部位，她不以为然地笑着说这是孩子们在玩扮演医生的游戏。但是我可不这样想，我不想让孩子给别人看他的隐私部位，也不想让他去摸别人的身体。我该怎么防止这样的事情再次发生呢？

A：看来你需要特地给你的孩子讲讲身体的隐私部位是怎么回事了，还得告诉孩子哪些人才能触摸他的隐

私部位。不要羞辱或斥责孩子和小朋友们一起玩扮演医生的游戏，但是要尽快让他知道隐私的地方不能随便给别人看也不能随便让人摸，同样他也不应该去看和摸别人的隐私部位。要让孩子信任你，知道有任何关于身体的问题都可以随时向你求助。为了避免类似事情发生，你应该积极地采取一些办法，比如，孩子们在自己房间游戏的时候不能关门，这样开着门你随时都能听到他们讨论什么和玩着什么样的游戏。另外，你还要做的是，去和邻居的那位妈妈沟通，告诉她你

对这件事的态度和你的感受。

学龄前的孩子应了解什么

以下是一些学龄前的孩子应该了解他自己的身体以及自己的身体是如何工作的内容，仅作为参考。在这个年龄，性只意味着性别、性别角色、身体的功能和工作原理。

(1) 已经知道他的性别是固定的，比如，认定男孩永远是男孩，但内心的理想还会继续带有稚气的童话色彩，比如，坚信自己长大了会变成

一只雄蜥蜴！

(2) 会对身体的组成部分很有兴趣，愿意做更多地了解，尤其是对那些有关生宝宝的器官和生宝宝的过程。

(3) 不能觉察到性是个人的隐私，提问时会毫无顾忌，口无遮拦，不能体会大人为什么会觉得不好意思，也不理解你的尴尬。

(4) 会对自己身边的世界和认识到的自然规律感到无比好奇，尤其

是跟自己的身体相关的那些事情。

(5) 不能理解性知识中类比的说法，但是能理解见到的动物和人类行为之间的对比（比如，当他看到狗妈妈和狗宝宝一起，也会联想到妈妈和自己）。

(6) 需要父母不断地帮助他强化他与人相处时的一些规矩（比如，去洗手间应该关门，不能让其他人触摸自己的隐私部位）。

(7) 大小便之后，还得需要爸

爸妈妈帮忙清洁。

(8) 洗澡的时候可能想独立完成，不喜欢大人在场，爸爸妈妈应该尊重孩子的这种要求，但出于安全考虑，别离得太远。

(9) 学习时只能理解被具体演示的概念和事物，所以更需要用具体的行为来学习理解一些抽象的概念（比如，被人拥抱的感觉就是爱）。

(10) 很有可能表示想和妈妈结婚或者嫁给爸爸，大人应该接纳这个

阶段孩子特有的感情表达，这是他对你的赞美，也是孩子爱你的表示。

（11）有时会自己抚摸隐私部位（但并不是成人所说的手淫），你需要做的就是明确告诉孩子什么时间、什么地点才可以那样做。

第三章 哇，真是好恶心



6~9岁的小学生在想什么

8岁的女儿约了一堆朋友在你家过夜。孩子们躺在睡袋里看肥皂剧。10个小女孩裹在自己的睡袋里，却都目不转睛地盯着电视。当电视里的男女超人开始热吻，女孩们异口同声发出刺耳的尖叫，一个孩子开始很懂地宣布：“看呀，他们在接吻呢！然后他们会脱掉衣服做爱了。真是好恶心呀！”所有的孩子，包括你的女儿，再次发出尖叫声，然后纷纷钻进睡

袋，开始没完没了地窃窃私语。当电视里的这个场景结束的时候，她们又会从睡袋里重新钻出来，互相示意安静，还要继续看呢。你有点不知所措，赶紧走进厨房去再弄点爆米花给孩子们当夜宵吃，一边心里嘀咕不知道女儿和这几个小姑娘对接吻、做爱之类的事情到底了解到什么程度，一边琢磨如何回答女儿明天早晨准得就此提出的问题。

本章都在讲什么

本章会帮助你 and 上小学低年级的小学生讨论什么是性，他们自己身体的新变化，还有孩子们之间有点不同以往的相处等。如果你以前没这样做过，那么，现在你必须要这样做了！这么大的孩子最喜欢听到的是事实，真正的事实。随着孩子上小学后，成长忽然变得很具体，原来学龄前的各种原则都变得模糊，再加上身体的发育逐渐进入懵懂的青春期，他们和父母之间很多重要方面的沟通渠道如果不及早建立，就将很快消失。眼下这个阶段正是让孩子更好地了解自己的

身体，知道自己身体正在和将要发生的变化，并且初步认识性行为等问题的最好时机。

本章涵盖的基本概念

★ 性别的原则性和性别差异。

★ 男孩和女孩不同的社会差异。

★ 身体某些部位的多重功能。

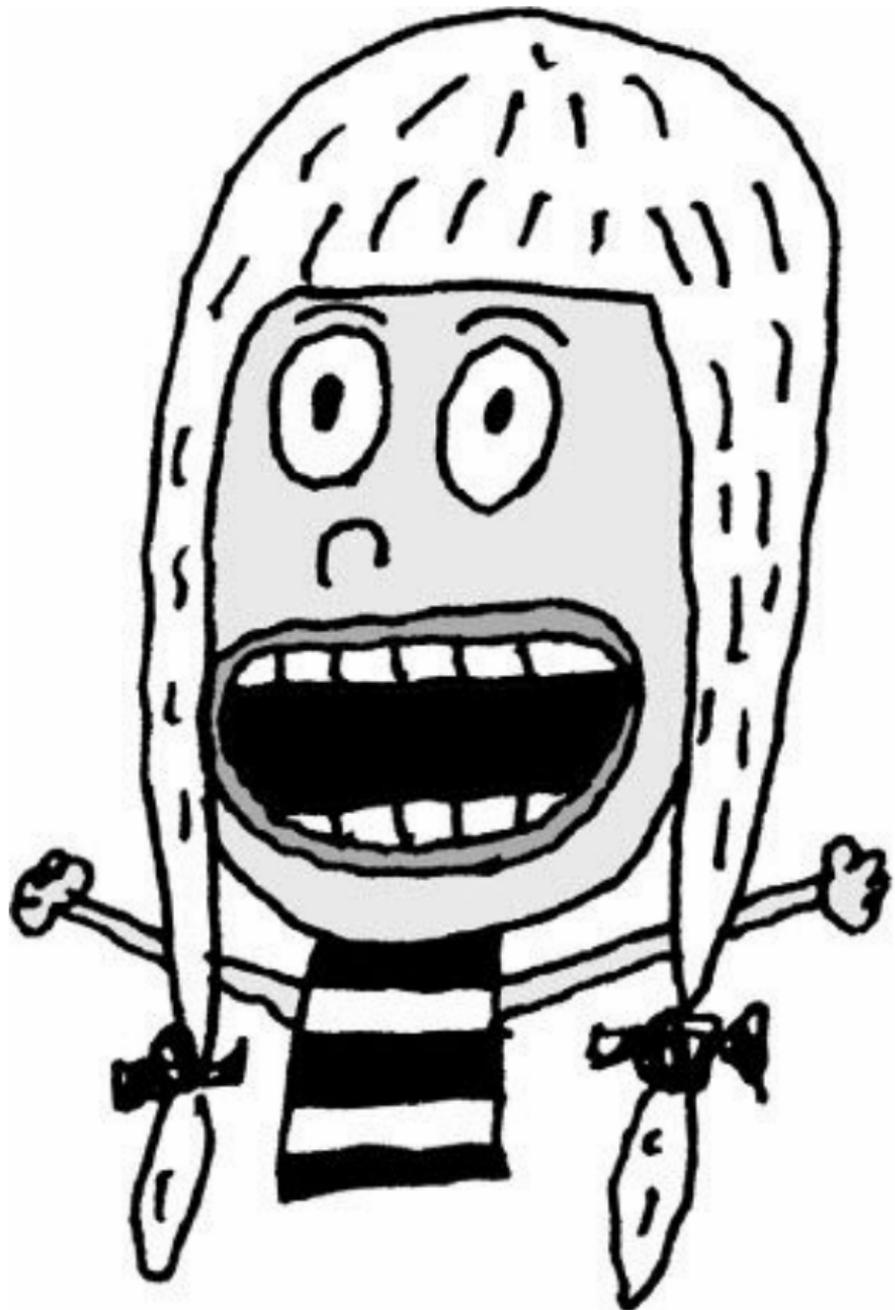
★ 生育的基本原理。

★ 规则的建立和延展。

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）

6~9岁的孩子会觉得逻辑和规则就像是游戏。这个年龄的孩子渴望了解事实和自然的规则。对他们而言，世界上任何事情의界限都是非常清楚的，也就是说，如果一件事情不能被合乎逻辑地解释，那么，那件事就不存在。他们很快就不再相信关于圣诞

老人的礼物会从家里的烟囱落下来的童话故事，因为他们基本可以推断出：圣诞老人怎么可能一个人做出那么多玩具，又是那么了解每个孩子的心愿，还会整夜绕着全世界送到每个人家里的圣诞树下，这让他觉得不合逻辑，从此以后就不再相信这个以前深信不疑的说法了。好像一夜之间孩子的接受模式跳转成了“不相信，没收到”状态，不像小时候那么好交流了。



他们意识到无论穿什么，或是做什么，男孩就是男孩，女孩就是女孩，再也无法改变。

在这几年里，孩子认识世界的方式变成观察和用自己的视角诠释具体观察到的信息。他开始否定自己前几年的那些无边无际的想象和祈祷，比如，自己能变成男生、女生或者其他动物。你的孩子从此再不会告诉你他长大了会成为一只蝴蝶或一个精灵，他能意识到无论他穿什么，或是做什么，男孩就是男孩，女孩就是女孩，

再也无法改变。要是你很不合时宜地提起他从前的梦想是生活在充满泡泡房子的仙女国度，他会鄙视你，觉得你脑子进水了，无论如何也不愿意承认那是他的旧日梦想，因为那些想法不合逻辑，不可能存在，简直是异想天开，哼！

男女有别：男生、女生的小团体

孩子小的时候，性别不同对他们而言仅仅是身体的某个部位不同，他们一起玩的时候并不会特别介意谁是男孩，谁是女孩。可是他们上了小学，情况就开始不同了。女孩开始只喜欢跟女孩一起玩，而男孩会和男孩一起玩，他们之间的关系也自然发生了变化。女孩更多的是和亲密的女孩朋友一起，她们自己有个小圈子，这种关系有着强烈的情感成分。要是玩

得正高兴的时候，朋友的妈妈要带她的朋友离开，她会显得非常伤心和气愤。而男孩倾向于更宽泛而松散的朋友关系，这种朋友关系更多地基于共同的兴趣或是活动，而不是内心的感情。



大多数情况下，上小学的男孩不会聚在操场上三个一堆、五个一群地谈论他们有多喜欢哪个朋友或是特别讨厌谁，他们更喜欢成群地互相拉扯

打闹，模仿电影里大家印象最深的打
斗场景，互相追逐玩耍。

女孩们喜欢聊天，男孩们喜欢玩耍。

男孩和女孩的不同会体现在很多
方面，在和他们谈及身体和性的话题
时区别尤其明显。在这个阶段，女孩
更喜欢表达，而男孩喜欢动手。你会
发现，可以跟女儿很顺畅地谈论她们
的身体甚至与性有关的话题，不过却
未必理解这些小女孩为什么总是大惊
小怪；也会发现儿子根本就三缄其口
地回避这类话题，也不会跟你提起任

何身体的变化，有可能他自己都没注意到。女儿开始更多地依赖和沉迷在同性朋友的友谊中，乐意与朋友聊个没完没了，而不是跟妈妈；儿子虽然沉默，却特别喜欢跟同伴说些有关身体的笑话，“不爱理我就使坏”、“让你闻我的屁股”、“赶紧带我去必胜客”，这些让大人们听起来匪夷所思的小段子，却是低年级男生中乐此不疲的经典话语呢。

孩子们的新发现：身体的多重功能

当孩子小的时候，他们只会对男孩、女孩有不同的器官感兴趣，对他们而言，这些部位就是用来小便，或者和浴室里打闹时的玩具。可是等他们上了小学，会对身体的这些部位究竟是怎么回事和男女不同的性器官是如何接触而产生兴趣。你的孩子开始理解（或者还有点着迷地发现）原来男孩和女孩在生理上是非常不同的，原来性器官不只是有小便的功能，还

会在生育宝宝这件事上发挥作用。



当心孩子身边的“性”专家

孩子们通常都会有几个被称为“性”专家的小朋友，她或者他能回答孩子提出的一切关于性的问题。虽然，毫无疑问这个小小的“性”专家的答案都是错误的，可是孩子却会非常信任他，因为他们这个年龄就是盲目信赖朋友的年龄，无论朋友说得多么荒谬，在孩子眼里看起来都是那么的完美和智慧。所以，如果你不想儿子发愁地

认为自己的阴茎会越来越小直到有一天变成一颗干巴豆子，也不想女儿坚信只要她跟两个男生单独待在一个房间里就会怀孕的话，你就必须做点什么，让自己成为你的孩子的“性”专家。

这个年龄的孩子已经可以理解婴儿是如何出生的，身体的那些部位参与了“制造”孩子的过程和在其中各个部位都起到了什么样的作用。给孩子讲述婴儿如何孕育、出生的过程时，可以先进行简单的事实描述。不用一

股脑儿地说完这个过程，每次讲些孩子能理解的内容就行，一边说一边看看孩子的反应，再决定是否继续。比如，告诉你的儿子：“有些时候你的阴茎会变硬，那叫勃起。当你长大了决定要个孩子时候，阴茎勃起是必需的。”要是儿子已经显得不耐烦地开始胡乱抠着沙发坐垫或者不断偷偷瞟向门口心不在焉，你就可以结束讲解了；如果儿子看起来还有兴趣接着听，你就可以再继续：“当你从男孩变成了男人，你的睾丸会逐渐长大，里面就会产生精子。那时候作为大人

的你也也许想要个小孩，那就可以把你的阴茎放入你孩子妈妈的阴道，精子会从你的阴茎里射出，进入到她的卵子，然后你们就可以生小孩了！”

每次讲些孩子能理解的就可以了。

如果是在和你的女儿聊这件事，就可以这么说：“过不了多久你就要迎来你的第一次月经。从此以后，每个月你的阴道都会有几天出血的情形，那就是月经。有月经就代表你已经开始长大，身体已经做好生宝宝的准备。当你长大之后，要是你和你孩

子的爸爸觉得想要个小孩，他会把阴茎放入你的阴道，并释放精子，精子会遇到你身体里的卵子，那样，孩子就在你的身体里慢慢长大啦！”

与孩子的交流保持顺畅。

你的孩子可能有很多关于身体的多重功能这方面的问题，这时候有两种情形，有的孩子会絮絮叨叨地不断地问这问那，有的孩子却由于信息太过庞杂和感觉太尴尬超出他们的承受力，变得保持沉默和拒不开口了。不管怎样，重要的是，要开始这样的对

话，要尽量保持这样的顺畅沟通，彼此都能有机会提问。孩子们通常只想问他们想要知道的事情，而他们不想知道的就完全没兴趣听。所以，当你滔滔不绝地给他讲述受精、着床过程的时候，要是你的儿子显得无精打采、心不在焉，则表示你讲得太多了，已经超出了他目前想知道的了。

还是很喜欢摸……

6~9岁的孩子中，还是有不少孩子喜欢触碰自己的私处，这种做

法仍然不能算作手淫。你也许会看见孩子在操场玩的时候，在客厅里看电视的时候，或者随便在屋里什么地方毫无意识地伸手去拉扯自己的私处或者来回拨动。但是，总的说来，这个年龄段的孩子还是不能够意识到他们在做什么。和青春期的手淫区别在于，这种触摸没有任何目的，并不是出于身体发育成熟，为寻求性器官的快感，仅仅是因为他们感觉挺舒服而已。

认识到身体某些部位的双重功能

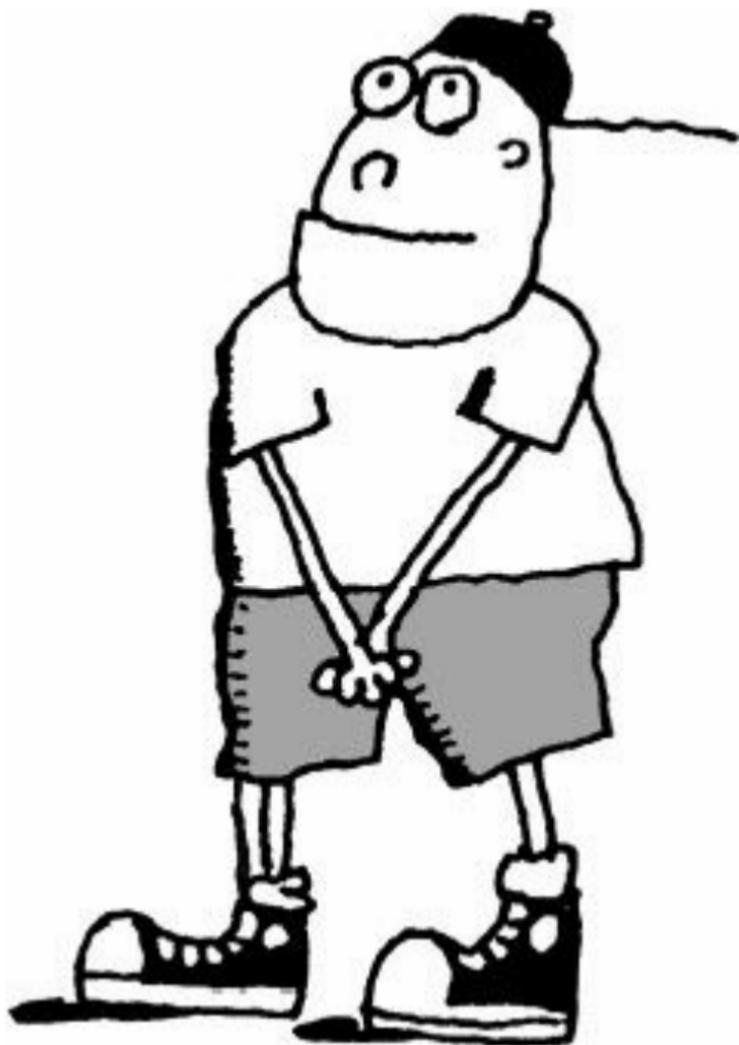
对孩子来说，仿佛在眼前展现了一个全新的世界。男孩开始因为了解到精子也是从阴茎里出来的，而去重新认识自己的身体。发现睾丸居然是用来产生精子，而不是用来摸着玩和存储尿液或是用作其他的什么有趣的用途，也让他像发现新大陆般地感受到新奇。对女孩来说，更令人惊讶，讨论婴儿是怎么出生的和了解到整个具体过程完全是两码事。因为女孩的性器官很难直接看到，你的女儿之前可能根本不知道小便是从尿道而不是阴道尿出来的，现在才弄明白原来那是

完全不同的两个出口！另外，难以置信地是婴儿居然也是从那么狭窄的阴道里分娩出来的。天哪！那究竟是怎么出来的呀？其实对小女孩来说，更加震惊地是，她知道原来长大后得有阴茎进入身体才可能怀孕，只有男生站在身边或者碰到男生的手是绝对不会怀孕的。

这些新信息对于那些和异性坐在一起吃午饭都会感到如坐针毡的男孩、女孩来说，简直是重大发现！不过可别指望他们会一次就理解你说的

这些新知识，因为他们之前深信不疑的那些想法会被你的这些新说法吓跑的！他们对这些新的说法也不见得真感兴趣，曾经从朋友那里得来的错误信息也许早已根深蒂固，想一时半会儿就改变可不那么容易。但是，作为父母，你要坚持，绝对不能放任不管，不能让孩子随意听信朋友告诉他的那些“知识”。你得找机会把事实告诉他，也要给孩子时间让他慢慢消化。在这个过程中，你得耐心地，不断用各种方法去解释，尊重孩子的感受，宽容孩子的无知，诚恳积极地

孩子聊天，做孩子的好听众。



大题要小做

尽管父母都知道必须和孩子做这方面的交谈，有时候却真的很难找到合适的时机。但是，作为父母，必须这么做，要想办法去特地创造一个合适的机会展开你们的谈话。切记一定要“合适”！比如，晚上7点在客厅你突然打算和孩子敞开心扉地好好谈这个问题，孩子就会觉得莫名其妙，不知道你为什么突然把他叫到客厅来听你演讲，也不理解为什么你毫无理由就让他错过

那个时间最爱看的动画片。所以，停！千万别这么做。因为事实上，你犯了和很多年轻父母一样的错误。没错，这是一个很严肃的话题，但是，对这么小的孩子，没必要这么正儿八经地开始，事实上也不可能在一次谈话中彻底解决问题。这是一个漫长的过程，需要经过很多次简短的对话，很多的提问和应答，甚至是生活中表面上看起来很随意的一些品头论足。在孩子成长过程中，我们需要经历无数次的沟通、无数次的倾听，才能达到

我们最终的目标，也就是保持我们跟孩子之间畅通无阻的交流！

开始和孩子聊聊吧

不管你的孩子是喜欢说个不停的类型，还是沉默寡言的那种，或许两者都有点，你都需要主动把你们之间的沟通塑造成良性的模式，这点非常重要。你会发现一旦孩子上了小学，会在很多事情上更多地转向求助自己的同学和朋友，而不是寻求你的帮助和支持。也就是说，他压根不想和你讨论关于性的话题，却会和朋友乐此不疲地聊，所以，他就会有机会得到

各种各样的错误信息。

不论男生还是女生，都会觉得对方是外星人。

你的孩子也可能是那种类型，会很坦然地走来直接对你说：“妈妈，跟我聊聊和性有关的事情吧。”如果是那样，很好，你可以开始这样的对话。但是大多数孩子不会这样，你必须自己去寻找更容易引导孩子展开这类话题的机会。如果你的孩子活泼外向，你不妨主动问问他，知道孩子是怎么生出来的吗？或者干脆问他觉得

什么是性？孩子的答案通常会令你大吃一惊，因为，他脑子里有大量错得离谱的概念！如果你的孩子比较沉默寡言，直接面对面讲这些效果肯定不好。可以换个方式，比如买一本介绍孕育过程，也有很多插图的书，事先放在孩子容易发现的地方，比如，他的卧室，客厅里的咖啡桌，甚至浴室。让他有机会拿到自己读，然后借着这本书作为话题，开始跟孩子做这类话题的交流。这样，你们讨论的核心话题就不是无中生有，而是来自双方都了解的书的内容。更重要的是，

聊天的焦点就会落在书上，而不是孩子或是你，会让谈话更顺利。



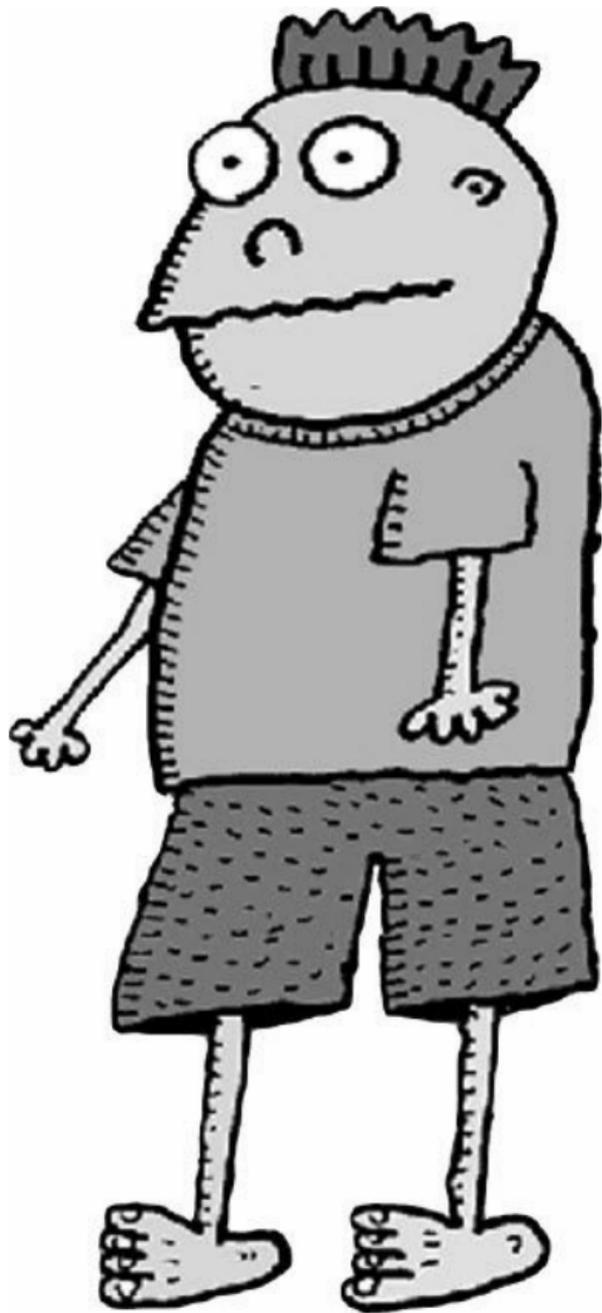
妈妈，我喜欢上别人了——开始“爱”的游戏

还记得那些旧日的美好时光吗？那时候女儿信誓旦旦地说要长大嫁给你，会跟全家一起在她的小床边和毛绒玩具一起过家家，那些快乐情景历历在目。不过很可惜，好日子已经结束了。你的孩子一上学就会发现原来除了爸爸妈妈，世界上还有那么多可以喜欢的人。孩子们通常都会陷入到“他喜欢她，但

是她却喜欢另外一个人”、“妈妈，我喜欢他，我可不仅仅是喜欢他而已”的童年游戏中，一二年级的时候，这样的喜欢基本是柏拉图式的，有很具体的标准，但是变化无常，通常很短暂。你的儿子或女儿会不断地变换着喜欢的对象，或者连喜欢的定义都懒得多想。不管怎样，都属于正常范畴，不要大惊小怪，而且也绝不代表他长大后如此行事。

要学会跟孩子保持沟通

想要保持对话畅通无阻的一个重要技巧就是：别给孩子机会让他对你的提问只简单地回答“是或不是”。不然你就会被卡在中间难以继续你们之间的谈话，比如，你问孩子：“你知道什么是性吗？”孩子立刻回答“知道。”你只好说：“好吧，这么简单聊聊也不错，我们回头有空再说。”你看，这样的交谈未果而止，完全没能达到目的。



最好的方法是，尽量选择一些有开放性答案的问题，这样不至于孩子的一两句回答就宣告谈话结束。然后在你提出问题的过程中，还要学会很聪明地从他的回答中不断地找出新的线索，去继续你们之间的探讨。比如，对孩子说“哦，那你再说说你是怎么想的？”“为什么你这么想呢？”“那你再给我讲讲？”这样的提问可以帮助孩子逐渐学会思考着跟人交流，也有助于你们之间的对话更顺畅。

可以帮助你继续和孩子聊下去的问题

★ 你知道宝宝是怎么出生的吗？

★ 你知道你的身体长到什么时候就可以生宝宝了吗？

★ 告诉妈妈，你觉得性是什么？它意味着什么？

★ 告诉我，你觉得你长大后身体会有哪些变化？

★ 你有关于_____想问的问题吗？

★ 你知道为什么你的身体有了这样的变化吗？

★ 男孩的身体发生了什么变化？女孩呢？

是时候和孩子谈谈性和其他敏感话题了

如果你还是没能找到很自然地和孩子谈论性的机会，或是你问了一两个问题就无法继续下去，这里给你一些建议：

在车上：如果你在专心开车，而孩子则安静地发呆。你们俩其实就是在在一个封闭的、稳定的、适合聊天的环境中，路程越远，你找出一个话

题并且一路聊下去的可能性就越大，正好趁机跟孩子好好聊聊你想说的主题，但是一定要注意技巧，保持气氛。

在路上：和你的孩子一起外出远足，一起走着的时候是比较好的聊天机会。一般来说，人在身体运动或者做着什么事情的时候精神比较放松，会更容易接受那种敏感或尴尬的话题。

看电视或电影：一起看电视或是电影是非常好的机会，很容易提起

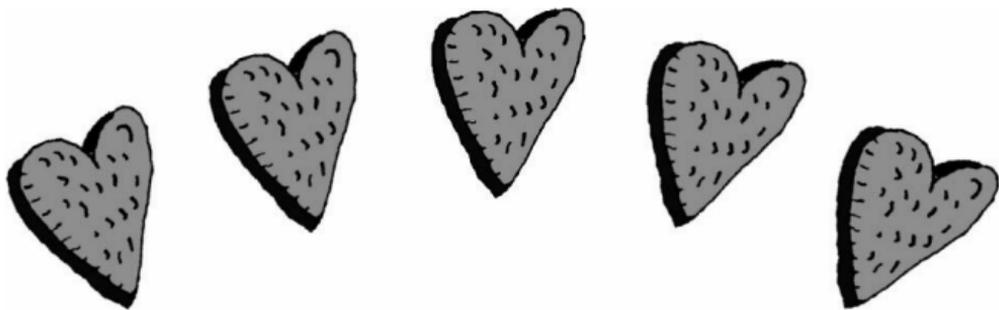
关于性的话题，但是别把这个当成你的口头禅般的唠叨。比如，在电影里男主角评价某个女人（说她真性感的时候），电视里有些镜头含有正面或者你觉得不算正面的与性相关的内容时，某些情节让你觉得影射到性（当然什么丰满的胸部之类的镜头除外），这样的时刻，其实都很适合和孩子提起类似的话题。对孩子而言，在跟自己无关的情景中提起那些敏感的话题，会显得比较容易接受，也会比较容易继续。

读书的时候：设计一下，让孩子手边有那么一本书，让他自己去研究阅读。其实的确很多关于性的问题即便是最健谈和外向的孩子也不好意思问出口。有本书就好很多，你可以选择跟孩子独自安静相处的时间，比如，在临睡前，你们一起翻翻那本书，就书论书地聊聊。就像看电视的时候一样，让你的或者孩子的提问看起来更像是对书里的内容提问，而不是针对他自己，这样他会感到舒服很多，也会更乐意跟你探讨更多。

爱就是拥抱和亲吻吗

对6~9岁的孩子解释性的问题，最有趣也是最大的挑战就是他是“具体”的学习者，他喜欢把很多抽象的概念转化为那些他可以看见、触摸到、感觉到的东西才能理解，而且很固执地认为每件事都有其来龙去脉。在这个岁数的孩子的眼里，“爱”就是得变成非常具体的表现，必须能看得见摸得着，他才能肯定那就是爱。如果你问孩子什么是爱，他一定会告诉

你在他眼中哪些举动代表了爱，因为他现在就是这么定义抽象概念的！



这个阶段，想让孩子理解什么是爱，最重要的方式是用成人的行动来演示，比如，表现你对他的爱，就给他一个大大的拥抱；表现父母之间的爱，也要让孩子看到父母在拥抱和亲吻；要说“我爱你”向孩子和家人表达你爱他们，互相照顾，彼此善待和尊

重。你的这些表达爱的方式会深深地影响孩子，他会看在眼里，记在心里，知道表达爱是多么重要，并且也会在长大后像你这样去表达自己的爱。在今后处理相对错综复杂的与性有关的一切问题时，这种潜移默化的影响也会促使孩子认同性不仅仅等同于生物性交的过程，其中爱和情感的因素更加重要。另外，很显然，身边成年人无时无刻地关于爱、呵护、善意和尊重的示范，可以减轻每天电视、游戏和电影里暴力情景对孩子的不良影响。



父母的良好示范，可以减轻每天电

视、游戏和电影里暴力情景对孩子的不良影响。

强化孩子对身体隐私的认识

要强化孩子关于自己身体的隐私的意识。告诉孩子身体是属于他自己的，除了医生在特定情况下并在得到父母允许，任何人都不能触碰他的隐私部位。他自己也一样，在任何情况下都不能随意去触摸别人的隐私部位。如果遇到有人提出想要这么做，或者想让他去看或者

摸别人的隐私部位，无论如何他都应该坚决拒绝，并且尽快告诉父母发生的一切。要从小不断告诫孩子，自己的身体只有自己有权利做决定，也就是说，让孩子知道这个世界上无论大人还是小孩，甚至是父母都不能侵犯他的身体。

新规矩：尊重自己和尊重他人

现在你的孩子已经大概了解有些话只能在浴室这样的地方讨论，以及关于隐私部位的一些规矩，比如，自己可以触摸但是要在私人的场合，其他人都不能触摸自己的隐私部位等。现在是强化隐私这些意识的时候了。告诉孩子，当他上厕所、换衣服、洗澡时应该关好门，其他人必须得到他的允许才可以进入。当然，如果他要进入别人房间的时候，也需要敲门并

得到允许。设置这些规矩不仅仅是提醒孩子在洗澡的时候锁好门，免得到时候又会大叫：“爸爸，弟弟又进浴室来了，真烦人！”更重要的是向他逐渐灌输成人世界里在事关性和身体表达情感时要有底线、有原则的意识。这些底线和原则会在懵懂的青春期帮助孩子充分尊重自己的身体，也有足够的保护自己身体的警觉性。

孩子开始注意到其他孩子的不同，喜欢挑剔同伴，或者贬低别人。

对6~9岁的孩子还需要特别强调

的是，让孩子学会宽容别人。这个年龄的孩子已经开始注意到其他孩子与自己的不同，开始变得喜欢挑剔同伴，或者贬低别人。要教育孩子无论何时都应该宽容。如果你发现孩子在言语刻薄地伤害别的孩子，即便不是有意的或者纯属意外的情况，也要找时间告诉孩子对别人的长相和言谈举止不能评头论足，应该做个宽容厚道的人。不要只是简单地训斥孩子：“不许说丹娜是爱哭精”或者“不能管莉莲安叫肥猪”之类的话，要具体地引导孩子做个短暂的换位思考

——假设她就是丹娜或者莉莲安，被人这么嘲笑贬低会觉得好受吗？这样孩子会有实际感受，再说服教育就容易多了。

对不相干的外人随意地指指点点也会给孩子带来不好的暗示和不良的影响。

比长篇大论地教育孩子宽容更重要的是，身为父母，你得以身作则，为孩子做出宽容的榜样。不时地提醒自己不能在孩子面前随意褒贬别人的性取向，或者流露性别歧视，比如，

女司机就是不行，或是很无礼地拿别人傻乎乎的造型开玩笑，这种经验和示范，都会让孩子觉得虽然不能嘲笑某个认识的人，但是可以随意地指指点点其他不相干的人。你需要教给孩子的是学会如何尊重所有的人。你也许不知道孩子对这样一种开朗、乐于接纳的处世态度究竟能领会多少，但是当他长大成人，宽容的品质一定会对他的生活产生巨大影响。

推荐的游戏和活 动

分析关系的游戏

这个游戏的目标是让孩子认识和理解不同人际关系中什么是合适的行为。和孩子一起读本书，或是看个影片，随着故事的发展，设计一些关于故事里的主人公之间关系方面的问题。在看完书或影片的时候，就可以提问了，比如，故事里的男孩、女孩在拥抱或是手拉手意味着什么？为什

么电视剧里的男人、女人在接吻？他们的亲吻和妈妈亲吻孩子有什么不同呢？这么做的重点是为了让孩子更直观地理解什么样的关系在什么样的场合才可以做出什么样的行为。这时你会发现，孩子常常会说出很有趣的见解，从而也能从侧面了解孩子到底对人们之间的关系理解到了什么程度，能不能理解人与人之间的微妙之处。还有一个好处就是：可以立竿见影地告诉孩子，在你的家庭里什么情况下怎样的行为才是合适的。

角色转换游戏

教会孩子宽容和尊敬他人最好的方法是让孩子学会站在别人的立场思考问题。给孩子创造一些容易转换角色的场景，让他扮演另外的人，设身处地地去考虑自己的行为是不是连自己都不能接受，还可以辅助适当的提问来启发孩子。比如，“你喜欢别人盯着你吗？”“你乐意别人指着你说，你眼睛看不见或者少了一只胳膊吗？其实你当然知道自己是盲人或者是残疾人，对吗？”“你喜欢别人特别关注

你干这干那吗？”孩子大多都能非常好地完成这个游戏，你会惊讶地发现，当他站在别人的立场上思考问题时，都是那么的善解人意和通情达理。

让家人惊喜的事

这个游戏帮助孩子学会真正关心别人并学着敏锐洞察对方的真正需求，彼此互相照顾。这其实就是爱的本质。可以时不时地为你的伴侣或是配偶做件让对方感觉幸福的事，让孩

子也参与进来。比如，一起买一束花，帮你把厨房清理干净，做一顿特别的晚餐，总之，任何你的伴侣喜欢的事，让孩子和你一起做，能让孩子从小就有机会很好地体会这种情感上的互动。这种言传身教是帮助孩子成长的好方法。

谁是乖小孩

这个游戏的目的是帮助6~9岁的孩子全面了解家里的规矩，包括身体的隐私、个人的隐私，还有怎样才是

适度的言谈举止。玩的时候可以设置一个情景，然后让孩子自己来解决遇到的一些问题，问问孩子打算怎么做。比如，当有人在使用洗手间的时候，哪怕这个人是不懂事的小弟弟，你是应该直接闯进去，还是先敲门呢？孩子回答之后，你可以就他的回答积极地做出反馈，帮助孩子积极地认识和了解各种与家人、外人相处的规矩和原则，强化社交中必须要尊重各种规矩的重要性。

常见的一些问题

Q: 我的女儿8岁了，不过和同龄孩子比起来像是非常晚熟，她从来没有跟我提起过任何关于性和男孩的话题，也从没问过我孩子是怎么出生的这样的问题。我想她应该属于发育比较晚的女孩。要是现在跟她谈论月经或者建议她戴上小女孩的训练胸罩之类的事，会不会还是太早了，我应该等等吗？这样做会有什么坏处吗？

A: 每个孩子成长过程中都会有些差异，你的女儿目前可能确实对这方面的话题不感兴趣。你要等到她开始想戴胸罩、有兴趣跟你打听月经的时候再说也没有问题。但是，别以为她从没在家跟你提及这些，就代表她没想过或者在学校的时候没听同学谈论过。有个好办法你可以试试：去买本适合她这么大孩子看的，介绍身体各个部位功能的科普书，放在她的房间里或家里任何触手可及的地方，让她自己“碰巧”拿到读完。这本书也许会引发你们之间关于性的对话，或

者让孩子有兴趣提出她以前从来没有想过的问题。

Q: 我的儿子和他的朋友经常会开一些关于性的双关语的玩笑，不过我觉得儿子多半不理解那些词语的真正意思。比如，那天，他的朋友说：“噢，你在和沙发疯狂做爱呢吧！”他们大家都笑了。我想儿子并不真正知道他为什么被大家取笑，也没弄明白“做爱”是什么意思，只是追随朋友们而已。我需要给他解释一下还是置之不理呢？

A: 你描述的这个情景说明两点：一是你的孩子现在其实很乐意多了解有关性的知识；二是他更信任他的朋友而不是你。建议你最好留心找出或者设计出合适的时机，比如，一起驾车外出，晚饭后一起散步，一起看电视的时候，假装不经意地提出你的疑问。用本章所提及的一些交谈技巧告诉孩子“做爱”到底是什么意思。在这样的对话中，你会发现孩子其实可能有很多想问的，或者至少有兴趣了解之前从来没有向你问起的关于身体的问题。还有个更好的办法是为孩

子买本书，书里最好有孕育宝宝的过程和身体结构的图片，可以让孩子先自己阅读，然后你再找他一起讨论，提出疑问。最后，要提醒你的孩子学会分辨不同的场合，知道什么话在什么样的场合可以说，在什么场合就不可以说。

Q: 9岁的儿子非常直白地告诉我关于他自己身体的所有一切，有些其实是很隐私的内容，完全不必说给人听。我应该怎么做才能既提醒他要有分寸，又不至于让孩子觉

得以后跟我说起这类话题而羞于启齿呢？

A: 你纠结的其实无非就是如何帮助孩子建立隐私的概念和界限。首先，你要清楚地告诉孩子，你愿意分享也接受他想要让你分享在成长过程中的一切秘密和变化，也为他的成长感到喜悦和欣慰。但要不断温和地提醒他，即便如此，凡事都有必须遵守的规矩，比如，哪怕是在家里上洗手间的时候，也不应该不关门等。平时最好能在具体的情景中，用积极的态度

帮助孩子逐渐意识到在自己身体的隐私方面，可以与谁分享什么样的内容，以及什么时间分享的一些简单原则。

如果发现孩子每次阴茎勃起的时候都会不厌其烦地跑来告诉你，可以耐心地告诉他那样很正常，也不必每次都跑来告诉父母。不过说的时候注意分寸，明确让孩子知道，你特别欢迎他在任何时候找你咨询任何有关身体和性的问题。注意态度，尽量别让孩子误会你在拒绝他，以后再也不想

听他提起或者和跟他一起讨论这些事了！

Q：我7岁的儿子昨天在校车上从大孩子那里学到了一些非常具体的性用语，我应该怎么做？

A：别紧张，尽管你不愿意，但是得想开点。因为这肯定不会是唯一一次，也不会是最后一次。这时候能做的就是，走过去明确告诉儿子不管他在外面学到什么，你希望他回家来之后只使用家里允许使用的词汇来表达一些概念。虽然你不可能完全屏蔽

孩子在外面的时候接受的混乱信息，但是你完全可以引导他使用合适的字眼，帮助他理解他道听途说来的多少有点复杂的信息。你应该感到庆幸——孩子把他听到的东西说给你听了，这至少说明孩子觉得跟你相处和从你那里了解性知识是没有什么顾虑的。

Q: 我女儿的一个同学有两个妈妈，她问我为什么，我该如何回答？

A: 直截了当地告诉她事实。还

可以借机告诉她为什么有些家庭会有两个相同性别的妈妈，或解释为什么有些家庭是单亲家庭，还有些孩子不是跟父母而是跟爷爷奶奶、叔叔阿姨在一起生活。孩子在这个年龄并没有足够的判断力，也并不想去深究为什么会有同性恋的家庭，他只是想知道为什么其他孩子的家庭和自己的不同而已。回答这样的问题，也正是让孩子理解差异和学会接受差异的好机会。

6~9岁孩子应该了解什么

本章给你一些关于小学低年级孩子应该了解的他们身体各部位都是怎么回事的基本参照。记住，对于这个年龄段的孩子来说，性只是意味着理解孕育的过程和了解身体各个器官的多重用途。

(1) 孩子会是特别具体的学习者，一丝不苟地想要知道真相。

(2) 她不再相信童话（比如，牙仙或者圣诞老人之类的故事），在这么大孩子心里，已经明白她生活的世界是个现实的世界。

(3) 她理解无论她穿什么或做什么，她的性别再也不会改变，她就是个女孩。

(4) 她对性器官的多重功能感到非常好奇（比如，阴道既是用来排出月经也是用来生宝宝的）。

(5) 她需要成年人不断地强化

身体是有隐私的意识（比如，上洗手间应该关门，任何人不能碰她的身体而她也不能摸别人的，以及要学会适度、适时表达等）。

（6）她能自己洗澡，并能自己清洗隐私部位，她长大了！

（7）女孩会经常泡在自己的小圈子里，只跟几个要好的女生玩，但是小圈子并不稳定经常换人。男孩更喜欢一群人一起玩，比较而言人选相对稳定。

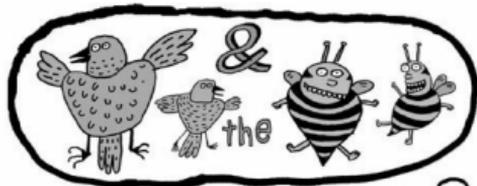
(8) 女孩基本很喜欢表达，会对自己的身体和性非常好奇，并不断提出问题。而男孩更倾向于沉默，对他们而言，要换个方式才好接近，可以选一些合适的图书让他们自己阅读。

(9) 她可能混淆性别差异和某个生理性征的关系（比如，她也许会认为男孩也有月经）。

(10) 孩子会比较喜欢要求大人不断重复回答同样的事实，也会为同样的问题反复追问好几次。

(11) 需要大人表现出积极主动的态度倾听自己的问题，耐心认真地回答问题。

第四章 我不想 跟你聊这个



高年级小学生怎么看

你特地安排好，在周末晚上带着10岁的儿子一起去度过“男人时间”——游乐场街机游戏。在去游乐场的路上，听见儿子嘟囔了句什么，你也没听清楚，所以让他大声点再说一遍。于是他又嘟囔了一遍，你只好说：“派特，爸爸听不清你的话。”他这才很无辜地瞪大眼睛看着你说：“听同学说，女生到了11岁就会开始流血。我马上就要过11岁的生日

了，所以很担心什么时候我也会开始流血了。”随后你停好车，伸手过去拥抱了儿子。心想，看来，今天晚上除了带着他打游戏，开点男人之间的玩笑之外，还得顺便给儿子讲讲男生跟女生的区别，男生为什么不会有月经之类的常识。

不过，这位亲爱的爸爸大人，你打算怎么解释，又从何说起呢？

本章都在讲什么

本章的内容就是帮你解决这类问

题。包括和就要进入青春期的孩子探讨关于他身体正在和即将发生的变化，生活中如何跟性别不同的朋友相处，调整和适应与家人的关系，以及他自己在心理方面的各种微妙变化。也会给父母提出明确的建议，告诉你，怎样才能同孩子继续保持顺畅良好的沟通：有时候仿佛一夜间10~12岁的孩子就从一个跟你无所不谈的“小跟屁虫”变成跟你多说一句都烦得要死的样子，很不好打交道。

本章涵盖的基本概念

★ 性不只是意味着传宗接代。

★ 前青春期的变化：身体的发育和社交的改变。

★ 父母亲子关系的变化。

★ 做积极主动的倾听者。

★ 宽容、接纳和隐私：身体和社交。

从关注事实到关注感受

这个年龄的孩子，已经开始逐渐从严格关注具体细节的学习者，转变到更多关注抽象感受的学习者。也就是说，她们已经可以了解和掌握一些概念：比如，爱和尊重。但是，前提是你在这之前已经做出了充分的、具体的关于这些概念的示范行为，这样，孩子就能更容易理解和内化这些抽象概念。

原来真相是这样

等到小学高年级的时候，孩子综合之前从爸爸妈妈那里听到的，同学朋友聊天聊过的，书本里看到的和学校老师讲过的所有的关于性的知识之后，很快就发现跟日常生活中电视、电影、游戏和音乐中看到的与性有关的呈现不是一回事，肯定谁也没听说有首歌的内容是在唱精子和卵子的结合吧？忽然之间，孩子也许就意识到：性行为不仅仅是大人们所说的那个听上去完全很无趣的精子 and 卵子结

合然后生个宝宝，事实上更像是在这个过程中还伴随着享受到什么样的乐趣和愉悦吧？

性行为不仅仅是大人们讲的那个无趣的精子 and 卵子结合然后生个宝宝。

意识到性行为不仅仅是大人们所说的精子和卵子结合为了生个宝宝这件事，对于十来岁的孩子来说，可是个不小的震撼。因为这不仅改变了他如何看待自己的身体和身体器官的功能（那曾经算是很大的进步），更改变了他审视爸爸妈妈的角度：原来他

们是那样生宝宝的。你的孩子毫无疑问还会震惊地联想到：爸爸妈妈一定不止是生小孩的时候才会有性行为，肯定超过了家中小孩的个数，而且，他们现在说不定还会有！



所以，早点开始和孩子做关于性话题的交流和沟通就变得尤为重要，不但要早开始，而且要很好地持续下去，还要学会倾听，随时发现可以实

施教教育的好机会。事实上，性行为中有着爱、亲密和尊重的内涵这件事，对于孩子来说真的很难理解（甚至于对于某些成年人来说也难以理解），不但如此，日常生活中看到的那些影视剧和各种媒介带给孩子们的负面信息甚至还会给你造成更大的困难，孩子们很轻易地就可以被暗示：性行为可以很随意，随便得像一种休闲活动，像是去次游乐园或者吃了顿大餐。作为父母，我们的挑战在于，如何让孩子了解性行为绝对不仅仅是男人和女人两个人生理性的一时冲动才

做的事情。



好伴侣是两情相悦。

在这方面父母能够为孩子做的最好的示范就是在日常生活中尽可能彼此尊重，相亲相爱。这样当孩子很别扭地揣度父母之间也会发生性行为的联想的同时，也会注意到你们在一起共同生活的很多细节。你跟你的伴侣能为孩子做出的榜样就是告诉他：好伴侣是两情相悦的。让孩子在平凡的生活中看到你们在很小的事情上彼此宽容和尊重，感情上相濡以沫，经常拥抱你的伴侣，对他说“我爱你”，或

者在吃杏仁蛋糕的时候切给爸爸最大份，因为那是爸爸最爱吃的甜点。尽可能地为孩子做出更多的美好示范，孩子心中对于爱情和亲密关系的态度和看法就会受到父母的影响，并且根深蒂固。

什么时候跟孩子讨论“亲热”这件事

大一点的孩子可能会有更多的时间跟大人待在一起，有机会看到大人之间的亲昵举动，也会在电视里看到一些“限制”级别的镜头，无论是轻轻的拥抱，深深的一吻还是深情的相拥，都不要很慌乱地逃避或者敷衍孩子的目光，你应该抓紧机会，做情境教育，告诉孩子大人在做什么，顺便可以聊聊性、亲热和尊重这些话题，并且要强调这几者间的联系，交谈的

时候要注意把大家的焦点始终放在画面里的人物身上，不是你，更不是孩子，这样，彼此之间就没有那么大的压力。也要记得不要仅仅讨论那些积极的画面和场景，也可以给孩子一点机会看到某些不愉快的镜头。

你要做的是，向你的孩子传递你自己在爱情、性和亲昵举动这类问题方面的立场和态度，你赞成的、你欣赏的和你对立的、厌恶的，都要让孩子有机会了解，而家中正在播放的电视剧、电影正为你提供了大量这样的

教育情境。

绝口不提其实才是冒险

有些父母选择尽量不让孩子接触到任何有关性的信息，他们觉得这样对孩子的成长更有好处，也很难说这样的父母有什么不对。跟孩子谈性的确是超级有挑战性的事情，尤其是面对有些冲动的、逆反心理也很严重的青春期的孩子时，就需要父母抱有更大的耐心和更多的智慧。但是，在此之前从未对孩

子做过任何性教育启蒙的家庭里，情况会更加糟糕。即便孩子的反应很冷淡或者看起来不太把你的话当回事，能够保持这样主题的谈话还是很有必要的，有机会就尽量继续下去。你可能总是觉得孩子还小，应该还没想到过性，或者没到跟他的朋友们讨论这样的问题的年龄，更不可能去体验性。但是事实上，他们已经在长大，很快就会面临这些问题。忽略事实或躲避现状只能给孩子这样的印象：你完全不想也没兴趣知道他怎么了和他在做什

么。这样的暗示无论对于你还是对于孩子，都是很危险的。回避和不愿意面对传递给孩子的信息远不止于此，孩子会觉得父母不信任自己，也不想和自己探讨目前面临的问题，更可怕的是，孩子也许会偏激地觉得自己的爸爸妈妈并不在乎自己的成长，也不重视自己的感受。

从小就告诉孩子：性行为是成年人的事情

很多父母觉得在孩子10岁左右的时候就明确关于性行为方面的一些原则有点为时过早。但是，事实上正好相反。在性教育的问题上，适当地在孩子9~10岁的时候就开始，抓住一切合适的机会向孩子灌输性行为是成人行为的态度，是最可取的做法，也会为今后青春期的性教育打下良好的基础和铺垫。因为9~10岁的孩子，仍然处在心理学上的规则建立期，还能够相对容易地把许多成人想要传递给他的道德规范以及情感的原则内化成自己内

心世界的一些准则。这时候，如果我们坚持这样做，等到孩子进入青春期，在他面临性的一些困扰的时候，他就能够比完全没有内在准则的孩子做出更准确的判断和更明智的选择。

生活场景：我从哪儿来的？父母没有朋友有用

十多岁的孩子已经不再是小宝宝，父母也应该学会接受这个现实。可能在你不经意之间，那个总是跟在爸爸妈妈身后喋喋不休的小屁孩，忽然变成一个只喜欢躲在房间里面嘀嘀咕咕跟同学打电话的小家伙。这么大的孩子，跟朋友的关系会一下子变得很密切，朋友将成为孩子整个青春期

过程中最重要的人。在今后的日子里，对朋友的忠诚和亲密将会取代他在童年时代对父母的忠诚和亲密。而对于不少孩子来说，这种亲密上升到情感层面，还是头一次。对于妈妈来说，有可能会觉得有点失落和伤心，因为你的小女儿可能最近不再像以前那样跟你说上半天她的心事了。其实，要知道这样的情形对于这么大的孩子来说再正常不过，孩子把对父母的关注和忠实度转换到朋友身上，也随之开始感受到朋友间的亲密和美好感情，这些感受是孩子成长过程中必

不可少的部分。作为爸爸妈妈，要想继续和孩子保持良好的感情和顺畅的沟通，就需要自己主动转变角色：更好地支持孩子，在他需要的时候提供建议，愉快地接受孩子成长过程中与父母关系的种种微妙变化。

相信孩子也相信自己。

孩子进入青春期，也进入了人生中的新阶段，作为父母，应该及时调整和孩子交流的途径和方式，除了尽量接近他，继续保持年幼时的亲密关系之外，也要学会找合适的机会和孩

子探讨一些重要的问题，包括青春期的性教育。想想看，在这之前的很多年你跟孩子能敞开心扉、坦诚相对，可能就是因为你愿意也诚恳地回答孩子提出的任何问题。这种关系可能要发生变化了：从现在起，你需要信任你的孩子，相信他向你提出的问题也是坦率诚恳的，也要充分尊重这种信任。尊重孩子、相信孩子，同样是对自己多年教育孩子能力信任的体现，要相信自己之前的言传身教一定是潜移默化地产生了作用。

身体的变化：小姑娘长大了

有的变化可能有点措手不及：女儿进入青春期了，自己熟悉的那个小姑娘忽然长大了。女孩的身体发育一般在10~11岁开始，有的早些，可能9岁，有的会更晚些，最晚也不会超过14岁。有时候也就一个月前后的事儿，她就比邻居同龄的男孩子高了半头。仿佛一眨眼，她那小小的乳蕾开始悄悄膨胀起来，她的小屁股也忽然变翘了。在孩子身上，还发生着一些

不为人所见的变化：逐渐长出阴毛、腋毛，还会由于汗腺分泌旺盛开始出现体味。有些女孩子会为自己正在长大而十分自豪，很乐意跟妈妈或朋友们讨论眼下的这些变化和今后还会发生的身体变化，以此为荣并且兴奋不已。这样的讨论是特别好的机会——充分了解自己的孩子知道哪些关于身体的常识，又发生了哪些身体的变化，也正好回答孩子肯定会提出的相关问题。



女儿的第一次月经来潮可能令她骄傲，也可能让她觉得尴尬，关键要看你工作做得怎么样。

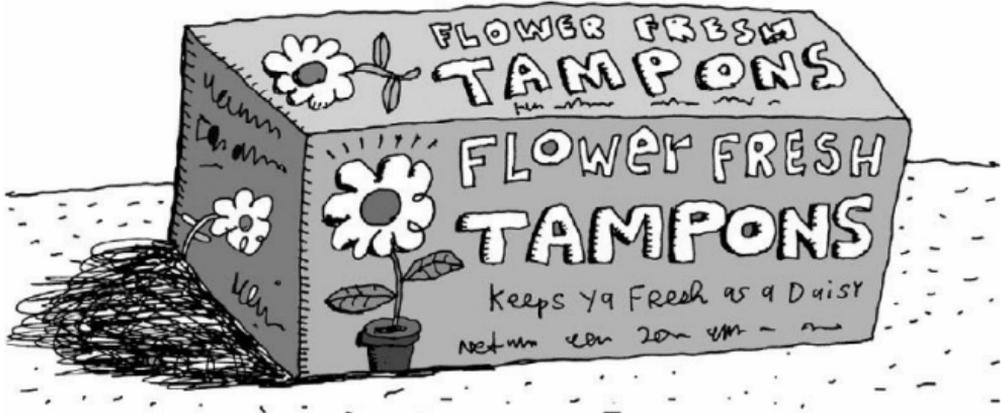
自慰和手淫的区别

在孩子十多岁时，已经在心里形成了很明确的隐私观念，知道触摸自己的生殖器官是很私人的行为，不能让别人看见。在学校的操场上，很少能看见这么大的孩子还像小小孩一样因为内裤穿得不合适

当众拽来拽去或者叉开腿使劲摇摆的样子。他们能很清楚地意识到在公众场合应该做什么，也对自己在大家眼里的形象更加在意。但是，私底下，孩子们仍然会有抚摸性器官进行自我刺激的可能。如果孩子在玩弄自己的身体过程中刺激生殖器官并且感受到了快感，自慰的行为就转变成了手淫。自慰只是抚弄玩耍，而手淫是把抚弄当成手段去达到快感。但是，孩子发生这样的转变，家长一般无从得知。

另外的一些女孩却不是这样，她们对自己的身体并不敏感，甚至会对身体的变化感到困惑和尴尬。要是你的女儿并没有提出什么关于自己的身体变化，千万不要忽视这个问题，也不要理所当然地觉得她还小呢，根本什么都不知道，也什么都不想了解。应该特地找个只有你们两个人相处的机会，比如，一起开车出去，一起做什么事情或者只是两人在散步的时候，显得很随意地跟她聊聊这个事情。不要特意把话题放在她的身体变化上，因为那样会让孩子感到紧张，

轻描淡写地提到就好。说说大多数女生在10岁左右的时候都会发生什么变化，告诉她因为她也到了这个年龄，提前了解一些这样的事情，做好心理准备。比如，可以提前给孩子讲讲女生为什么会来月经，也可以陪着女儿去选一个少女的胸罩——可以专门为此去购物。如果孩子显得很有兴趣的话，就陪她一起买买那些孩子最近需要的物品，顺便问问最近班里的事情或者其他女生的近况，要让孩子感觉到你关注的是她，而不是她身体的哪些变化。



告诉孩子月经是怎么回事

女孩子一般会在13~14岁月经初潮。但是，眼下孩子们的平均初潮年龄已经提前到11岁左右，有的女孩子会在9岁或者10岁就初潮了。最好别等到你觉得孩子快要有月经了才跟她讨论这个话题，因为那可能要比你想象的来得快。应该在孩子措手不及地遭遇月经之前就帮助她做好心理上的准备。女儿的第一次月经来潮可能令她觉得骄傲，也可能让她觉得尴尬，

关键要看你的准备工作做得怎样。越早跟女孩子讨论，越早帮助孩子了解月经初潮，那天到来的时候孩子就会越坦然。

要尊重女儿对她自己身体的权利。

之前只需要简单告诉孩子月经的大致原因，然后告诉孩子什么是卫生巾和卫生棉条，买一些放在她自己的房间里。你还得做些如何使用卫生巾和卫生棉条的示范，或者至少指导孩子阅读包装袋上的使用说明。等到孩子初潮的那天，要及时私下向她表示

祝贺和你为她长大成人而感到骄傲。如果孩子不喜欢家里每个人都知道她来月经，那就尊重孩子的意思，不要搞得跟女王加冕一样告知天下。也许孩子为自己的成长而骄傲，也要尊重她的选择，和孩子一起筹划一个庆祝仪式也不错。

剃除体毛和使用香味剂也是青春期女生非常关注的关于身体变化的重点，作为妈妈，如果你不觉得尴尬，能就事论事地和孩子很坦率地讨论这些，当然更好。这样你也一定能应付

今后那些更难以启齿的成长话题。

男孩也同样需要 关照

虽然大多数男孩子发育得比较晚，直到13岁才开始出现第二性征（有一小部分孩子会早点，9~10岁的时候），但是，他们也和女孩一样需要提前做好面对生理、心理、社交和感情上变化的准备。提前做好准备帮助你的儿子面对即将到来的一切。这个年龄的男孩更像是行动家而不是理论家，很可能不知道自己该问什么问题，也不知道如何向父母提问。

在许多男孩心里，身边这些女孩们发生的变化让他们觉得非常困惑和烦躁不安，那个和他在操场上奔跑嬉耍像个哥们一样的女孩居然在某天一下变成了循规蹈矩的乖乖女。更令他不安的是那个曾经跟自己一起推搡着玩打沙包的女孩现在居然戴上了胸罩，还公然表示迷恋他的哥哥！帮助你的儿子理解他会经历的变化，和女孩们那些变化是类似的，只是女孩的身体发育要比男孩早，过一段时间，他们也一定会开始发育了。如果有必要，就给孩子从生物学的角度讲讲这

些即将开始的变化，给他吃颗定心丸。

很可能孩子不愿意告诉你他已经有了的变化。

很多父母无法注意到男孩身上也有了一些第二性征的变化，比如，慢慢长出汗毛，睾丸会长大、颜色变深，阴茎越来越频繁地毫无预兆地勃起，还会在夜里发生遗精，这些变化或者所有的这些变化都让孩子感觉不知所措或无比尴尬，也许兼而有之，但是，其实他们并不知道发生了什

么。



对11岁左右的男孩来说，告诉父母他的睾丸变大了，或者坦言他晚上做了什么梦然后不知为啥就“遗精”了是件特别丢脸的事，所以他肯定会选

择只字不提。父母要尽可能地仔细观察孩子的变化，别指望孩子自己主动告诉你。要适时地鼓励孩子理解青春期就是这样的一个过程，一切都会过去，一切都会适应，而他自己也应该做好充分的心理准备迎接自己的成长。

还有些变化是显而易见的，比如，你会发现儿子身上和脸上都慢慢长出了汗毛，声音也开始变得低沉，更需要经常洗澡。教给你的儿子适应这些变化的最好示范就是你得以身作

则地照顾好自己的身体，不能只是嘴上说说。叮嘱孩子要经常用沐浴露洗澡的时候，你自己也得坚持这么做，不然哪天你和他一起散步时正在教育孩子要讲卫生、勤换衣服、勤洗澡，自己身上却忽然散发出一阵阵臭袜子的味道，该是多么煞风景呀！你还应该教会他如何刮胡子，尽管他的胡子眼下还显得稀疏。以身作则地示范如何照顾自己和自己的身体，让孩子从小养成良好的卫生习惯。

社交原则和身体隐私

这么大的孩子应该很清楚和人相处要尊重别人的隐私也要别人尊重自己的隐私，比如，进别人的房间时需要敲门，得到别人的允许之类的规矩。随着他们的长大，掌握更多社交原则和重视身体隐私会变得越来越重要。

发育早也有压力

在学校里，发育迟缓的孩子压力通常还是挺大的。然而，事实上发育得早也没什么特别值得向往的。早早地就长出小胡须或者声音变粗的男生，和班里第一个有月经、第一个胸部发育的女生，其实也有他们的尴尬，还会觉得担心，因为不知道接下来会怎样——同学们都没出现这些变化，所以谁也没法给他们建议，他们就好比在这场成长跋涉中的领跑者一样辛苦。要是你的孩子属于发育比较早的那类，要格外警惕孩子承受的那些额

外的社会压力。

父母还是要继续强调从小就一直强调的原则：身体是他自己的，没有他的允许任何人都不能触摸他的身体；同样，没有得到别人的允许，他也不能随意去触摸别人。“管好你的手，别乱动”可不仅仅是在你长途旅行的车上的警告，这可能是某天你在客厅忽然看见他在拉阿姨胸罩的带子，路过时伸手捏下妹妹屁股时忍不住大叫出来的话。绝对不能给孩子养成随便逗弄和乱摸别人的习惯，这些

行为应该从小就绝对禁止。因为，这些儿时的随意行为有可能演变成现在被关注的“性骚扰”！你的孩子极可能是骚扰者也可能是被骚扰者！即便是无意识的玩闹行为也可能带来一系列不幸的后果。所以教会孩子尊重自己和他人的个人隐私，父母必须从我做起，尊重孩子，他们也会尊重你。

孩子开始注意到身体的一些变化后，可能会疏远异性别的父母。

随着孩子长大，他会想要更多独处的机会，尤其喜欢待在自己的房

间。这时候，一定坚持以身作则：允许孩子有独处的时间，尊重孩子的隐私，要做到你要求孩子做到的事情，比如，在进他的房间前一定先敲门，经过他允许后再进入；坚持这样做，就会很好地强化和树立孩子尊重隐私的意识。

还应该了解，孩子已经开始注意到自己的身体悄悄发生了变化。当孩子开始注意到身体的一些变化后，可能因为觉得跟异性父母相处时不知所措，所以疏远和冷淡异性父母。父母

其实也一样会有这样的感受，比如，爸爸拥抱乳房已经开始发育的女儿时，会多少觉得有点不自在，也不好意思做出以前那些很亲热的举动。对于父母来说，一定要确信自己没有因此而减少对异性孩子的爱和感情，然后尽快找到双方都感觉舒适的亲密尺度，前提是要尊重和保护自己孩子内心已经建立的隐私底线。

“噢，宝贝”—— 媚俗的小孩

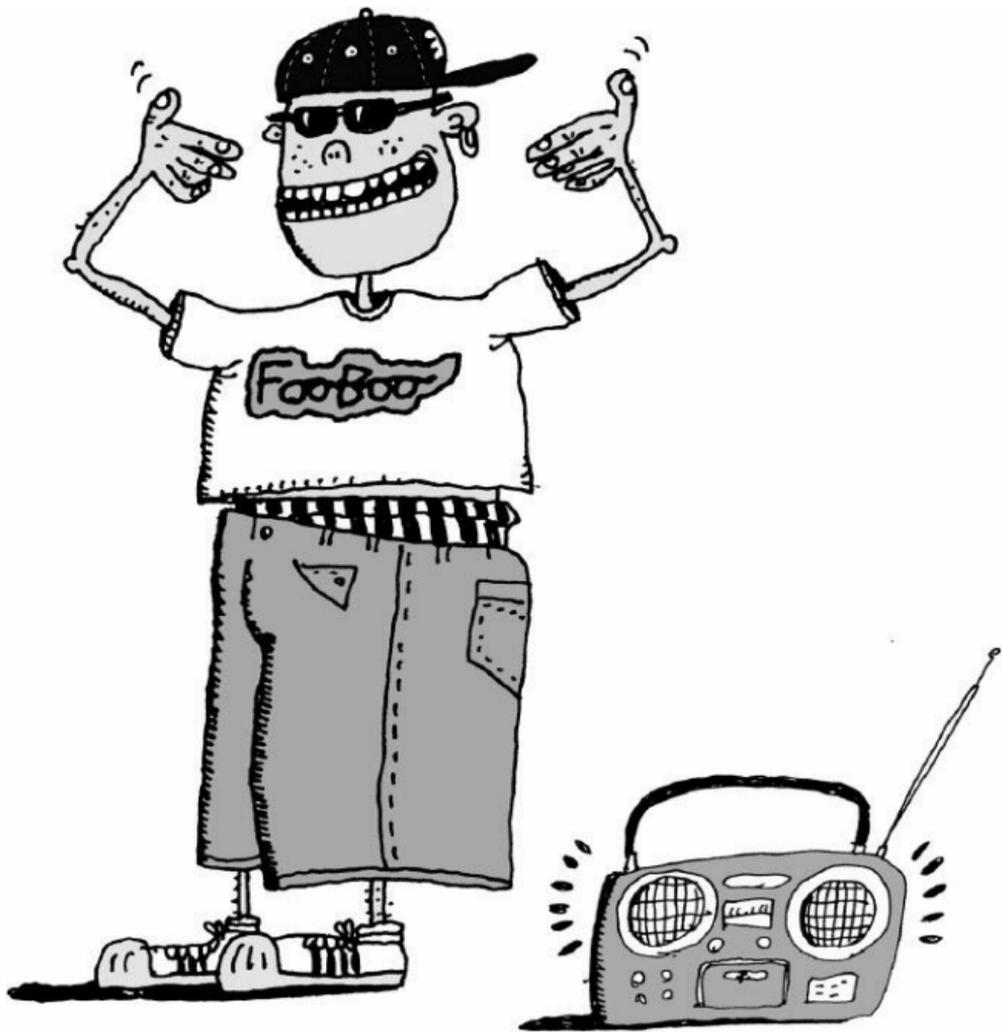
还记得孩子上幼儿园时候你们在浴室里的对话和他那时常做的傻事吗？到了这个年龄，问题升级了：10岁的儿子忽然发现外面有那么多从来没听过的词汇，没见过的奇装异服和各种古怪新潮的行为举止，这让小孩子兴奋不已，恨不得每天挂在嘴上尽力模仿，却完全不顾及父母的心情，让大人听了、看了顿觉懊恼不已。这段日子，你可能得一直忍受11岁的儿子

一激动就冲你或他的朋友说“靠！”9岁的女儿不仅总是把自己打扮得花枝招展活像个脱衣舞女，还自以为是地把自己的房间弄得艳俗无比。



11岁的孩子，会觉得这个世界上没有什么比自己和自己的朋友更重要。

但是，当有一天，听到美丽的小女儿脱口而出“你这个婊子！”的时候，或是儿子把自己弄得像朋克一样吊儿郎当地出现在客厅里，心理自以为无比强大的你还是瞬间感觉已经崩溃了。



树立积极的个人形象

要是觉得想不出怎么给孩子解释他的行为会给人什么样的形象和名声，有个好办法就是提些关于他喜欢的乐队、电影明星或者运动员的问题。问问孩子他喜欢的那些明星的言谈举止和衣着打扮都是怎么样的？能看得出某明星是怎样的人吗？那个明星平日在粉丝心里的形象如何？讨论这种话题还有一个切入点说说父母。你可以问问孩子觉得你是什么样的父母？或者他怎么看他朋友的父母？他会怎样向他自己的朋友形容你？为什么那么形

容你？你能改变你在他心目中的形象吗？问问孩子你怎么做才能改变呢？无论是在讨论明星、自己的父母还是别人的父母，要让孩子关注他的形象和了解形象是如何塑造的，他又是怎么对待别人的等，这些都可以帮助孩子逐渐认同和学会树立积极的个人形象。

但是，还是要做好充分的心理准备，这个年纪的孩子，就是用胡言乱语、奇装异服和随意行事来引起周围人对他的足够重视。他对自己所说的

那些话真正是什么意思，自己穿的衣服究竟看起来如何基本上毫无概念。他会觉得跟同伴打招呼的时候互相称呼“嗨，变态！”或者别人当众叫自己“交际花”、“小太妹”很刺激，也很好玩，但是，完全不会想到除了他自己的小群体互相欣赏这样的称谓之外，旁人会用什么眼光看待自己？总之一句话，当你11岁的时候，眼里只有自己，也许还有自己的朋友，别的什么都不重要。

要帮助孩子逐渐学会思考自己的粗俗

言行对朋友意味着什么，这也在帮他学会自我控制。

因为他的无知，作为父母，就必须建立家规：哪些话可以说，哪些事情可以做，哪些穿着打扮是允许的，哪些又是不能允许的。但是，往往让人啼笑皆非的是，孩子真的很过分，以至于有时让你觉得是不是该把这么大的孩子都送到军事学校去严加管教才能长大成人呢。但是转念想想，成长本来就是不断尝试挑衅规则和不断犯错、不断改正的过程，在这个过程中

中，孩子才逐渐认识到社会规则和学会做人。可是这个年龄段的孩子会觉得，朋友对自己的看法就代表一切，很可能根本不在意父母的评价和建议。那么，作为父母，不妨改变一下策略：要帮助孩子逐渐学会思考自己的粗俗言行对朋友意味着什么，或者究竟想向朋友表达什么？问问孩子，他是否真的想给别人留下那么冒失无礼的印象？或者难道他不想让朋友看到他自己身上更好的那些方面吗？你不可能很容易就帮助孩子确立是非、对错和好坏的界限，但是可以帮助他

学会理解自己的言行举止、衣着打扮会影响到别人对他的看法，也传递了他对别人的态度，这个过程也是在帮助他形成自我控制能力的过程。

不要恶语伤人

这个年龄的孩子很多挑衅的言行让父母或者别人感到的更多是担心而不是伤害，因为有些的确听起来很伤人。当儿子对投篮未进的同学大叫“你这个倒霉蛋”，或者女儿对自己看不上的邻居女生发出鄙视的声音时，只是为宣泄自己的情绪，并不真正知道那些言语是什么意思，更不觉得这些话会有什么影响或者让别人多么难受和不堪。让孩子知道，那些伤人的话不仅伤害和影响了他的朋友和

同学，也会影响他自己在别人心里的形象。

肯定孩子是出于无知和幼稚

你开车拉着11岁的儿子和他的几个小伙伴一起去朋友家。路上你无比震惊地听见你的儿子吹牛说：“我真的跟珍妮·杰克逊约会过。”当你强忍着惊讶，这个小男生又接着说：“我是说，她还真不错，真的会打点棒球呢！”

嗨！请随时记住你的孩子毕竟还是个孩子呢。就算他提起与性相关的话题，也不会想到要跟对方发生性关系。绝大多数孩子都不会在这个年龄就企图与谁真正的性交，当然也有例外。所以当孩子找你问起这类问题时，绝大多数情况下他并不是打算真的跳到哪个女生的床上，只是想得到某个不明白的问题的答案，还有能跟你一起分享和发泄他当时的某种情绪而已。

要教育孩子把握自己的语言，也

就是说，如果你听到孩子说的话有贬义，或者有激怒别人和威胁恫吓的企图等，不能毫无反应轻描淡写地认为“小孩子不懂事，长大就好了”，而是应该立刻过去严肃地问问他，知道自己所说的那些话是什么意思吗？如果他不能告诉你，你就告诉他那些话真正的含义；然后再接着问，他是真的想这么侮辱或者贬低别人吗？另外，他希望别人用那样的语言贬低和侮辱他吗？请父母们牢记，让孩子拥有良好的言行和宽容的态度最好的办法就是以身作则，以及在这方面从小

严格要求孩子。

同龄人的压力： 好的、坏的和流行的

这个年龄的孩子非常在意自己是否和朋友、同学们保持步调一致。你可以去观察，走进小学五六年级的教室，孩子们简直像是彼此的翻版，无论穿的衣服、言谈举止、吃的东西还是听的音乐都几乎一模一样。他们特别在意自己是不是得到了同伴的认同，是不是拥有小团体的归属感。令人奇怪的是，当融入群体显得困难的时候，他们也不会选择背叛或者拒

绝，而是更努力地想办法去改变或者委屈自己以迎合同伴。也就是说，如果你的女儿跟全班的女孩一样模仿布兰妮的穿戴上学，或是你的儿子坚持穿哈伦裤都是因为他们的同学都这么穿，他们只是为了跟大家看起来一样，不愿意显得迟钝或者落伍，不然他们会因为跟大家不同而引来其他孩子的嘲笑和排挤。

你不能在这问题上放弃对孩子的引导，让她盲目减肥陷入饮食紊乱。

其实也还不错啊，至少这种迫于

某种社交压力而积极去迎合的态度带来更多的也还算是正面的影响，至少他每天做什么的时候还是会有所收敛。不过，这种迎合的态度也会带来特别不好的影响，比如，在身材的问题上，相对于眼下的审美标准而言，那些胖乎乎的或者有点胖的孩子们就紧张得不得了。女孩子们对自己身材、长相的焦虑开始得更早一点，对父母而言，每天看着自己9岁的女儿很厌恶地看着镜子里的自己问为什么她就是瘦不下来，儿子为不能像电影里的英雄帅哥般健壮挺拔而苦恼时，

的确令人头疼。如果看起来孩子眼下特别关心他的身材和体型，就别不愿意跟孩子提起这样的话题，你也应该和孩子一起关心他关心的事。大多数时候，父母都会因为觉得麻烦不想继续这个话题，而说：“没事，你挺好的”或者“你就是这样，这样也不错”等话打发孩子，但是，孩子一定会误会，觉得她根本不该在你面前提起这个问题。所以你不能在这问题上放弃对孩子的引导，让她盲目减肥导致功能紊乱。

要想让孩子认同你关于身材健康的说法可不靠说服，你还需要以身作则。

还是要多了解孩子对自己的身材的看法和态度，然后因势利导。如果女儿觉得自己太胖了，就问问她为什么这么想；要是儿子认为他比别人瘦小，也可以问问他瘦一点有什么关系呢？抓住孩子让你分摊心事的机会，引导他自己思考，然后自己找到问题的答案。要想让孩子认同你关于身材健康的说法可不仅仅靠说服，你还需要以身作则。也就是说你可不能一边

狼吞虎咽地大吃冰激凌，一边跟孩子抱怨自己太胖了；你也需要留心尽量避免在孩子面前抱怨自己身材这不好那不好，孩子都会看在眼里记在心里。如果你跟孩子说起经常做些运动很重要，那就行动起来，别总是纸上谈兵，光说不练。

最好把运动和家庭活动结合起来，采取带孩子附近散步、外出远足、一起游泳或一起踢球的形式，既能锻炼身体，又能增进感情。试试看，这些活动很快会给你的家庭带来

更多乐趣，也逐渐成为你们家人相处的方式。

跟周围的父母达成共识

孩子逐渐长大之后，越来越喜欢花更多的时间跟自己的朋友呆在一起，有时，当你不同意他干什么或者做某件事情时，肯定会听见孩子抱怨：“但是，怎么他的妈妈允许他那么做啊。”解决这类问题最好的方法是和孩子的朋友们的父母提前做些沟通，大家尽量达成共识，互

相支持在家中执行彼此认同的原则，比如，关于聚会、外出玩耍、在外过夜等这类集体活动；当然也可以包括哪些电影孩子可以看，哪些话在哪些场合不允许说，是不是可以不跟着大人独自去逛街等问题。也许这么做刚开始大家都会有点尴尬，而且你的孩子更有可能反应很强烈，会为你的做法感到无地自容，但是，随着孩子在家越来越少地主动告诉大人他在外面都做些什么的情况，这样做可以让你更了解孩子在外的情况，所以就算你在

孩子心目中的形象受损，总比做不负责任的父母要好，而且你会非常惊讶地发现其他父母非常乐意能有机会大家一起交流教育孩子的想法和困惑，你的做法深受欢迎！

改变对话的方法： 多倾听

不管家里这个即将进入青春期的孩子多想成为真正的自己，他却并不知道那个真正的自己究竟是什么样的，就算再长大一些的青少年可能还是无从得知。这时，作为父母，不断重复地传递给孩子在性教育方面的家庭传统的价值观和期望是非常重要的，这么做可以帮助孩子更好地内化自己的想法，逐渐形成自己的看法并做出自主的选择。你肯定不能要求他

坐下来然后严肃地说：“咱们家对这些问题的衡量标准是这样的，我们希望你必须遵守。”因为这么大的孩子已经不再像小时候那么听话，连平时你让他坚持刷牙都挺困难的。最好的办法是做善于倾听的父母，帮助孩子在解决一些具体问题的过程中让他与你的价值观产生共鸣，通过你的提问和他自己的回答逐渐充实起来并内化成为自己的价值观。

做个倾听者也要有技巧

下面的方法可以帮助你们将谈话很轻松地进行下去，同时又不需要你喋喋不休：

★ 这些让你感觉如何？

★ 能告诉我你是怎么想的吗？

★ 听起来好像你是在说（重复孩子刚才说过的话，然后等着他继续接过去这个话题回答）。

★ 能稍微详细说说你是什么

意思吗？

★ 要是换做你，在那种情况下会怎么做呢？

★ 能告诉我，你接下来要怎么做吗？

★ 你给你的朋友提了哪些建议呢？

★ 他那么做会影响他在同学心里的形象吗？

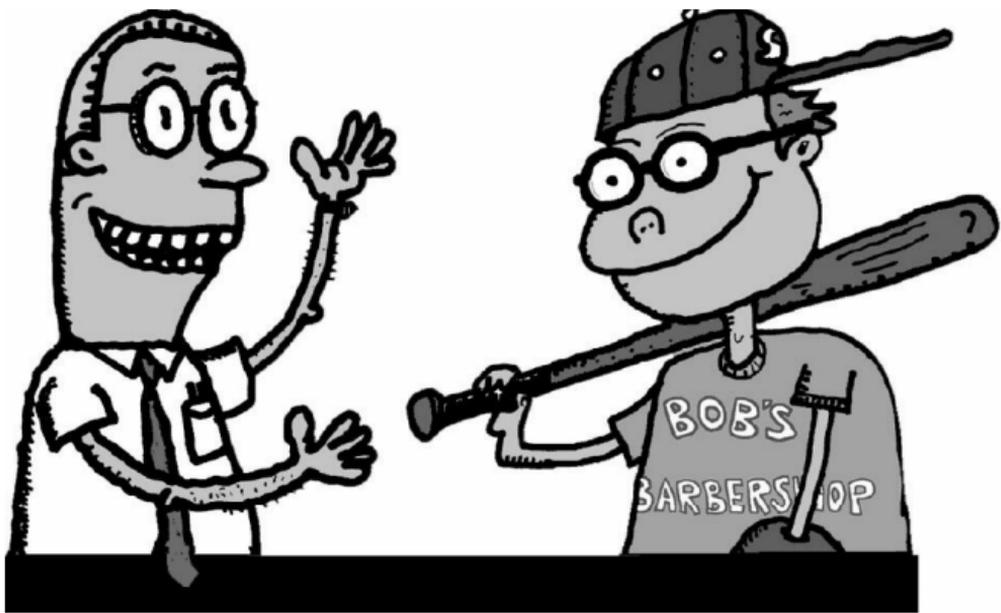
他们需要自己去发现问题的答案。

跟这个年龄的孩子交流对于父母和孩子来说都是非常有挑战性的。毕竟你曾经像是个回答问题、提供答案的机器一样存在了那么多年，甚至在孩子小时候，在重要的原则性问题上就算用“因为我那么说了，你就必须那样做”的强制性方式也可以奏效。但是现在，一切都有了变化。孩子长大了，即便有你的指引，他也需要自己去寻找问题的答案，而他也一定很享受那种自己找到答案的感觉。这时

候重要的是学着理解孩子，他并不是不听你的了，他仍然最关注你的言行，只是他喜欢显得若无其事罢了。

和处于懵懂青春期的孩子沟通关于性、爱情或是其他敏感话题时，最困难的是如何避免把双方每次的对话变成你说着，他听着的一个小型演讲。应该让孩子自己去找出答案，这也会促进他的思维发展。你可以在谈话的时候尽量选择开放式的问题和评论，这样他就不太轻易简单回答“是”或“否”而结束对话，可以引导

孩子继续说下去。比如，“你能多给我讲讲吗？”或是“听起来你好像感觉很沮丧，是吗？”孩子就可以在你的引导下摸索和确认自己的感受，而不是你直接代替他感受或者思考。在这么大的孩子面前做个好听众是你和孩子保持畅通交流的最重要的方法之一。你越诚恳、积极地倾听，孩子就越容易敞开心扉。



戏剧模式：有“经纪人”的爱情

对于这个年龄的孩子来说，异性间的社交活动并不是成人眼中的“约会”。大多数小学生甚至中学

生都不可能未经允许两个人单独外出。事实上，他们所说的两人好了，是指在学校里牵过手了，电话里聊了很久，或是在学校的活动中一起跳过舞。因为男孩子在生理和心理上都比较晚熟，小学生或者初中低年级的孩子“约会”中身体的接触并不是他们眼中浪漫约会的重点。

这个年龄的大多数“恋爱”很像是电影明星和他的经纪人之间关系的演绎，而并不是涉及真正的爱

情。大多数情况下，总有个幼儿园或者小学同学像经纪人一样在当事人之间传递消息，于是被说和好的这对“恋人”就可以名正言顺去赴“传话人”安排好的约会了。事实上，有时候在整场约会中，两个人吃着冰棒，坐在公园或者路边，都没说过一句话。

亲子沟通的心理 战术：旁敲侧击

谈及一些敏感的话题时，如果不直接牵扯到你自己和孩子，聊天就会比较容易继续。孩子提到他朋友的话题时要认真听，多向孩子了解他的朋友都关心哪些问题，正在做着哪些决定，还有他的朋友那么想或者那么做的话他有什么样的看法。如果你不知道孩子是不是也想穿那些流行的服饰或说那些时髦的言语，就别直接问。不让事情发生在他身上，而是问问他

如果某人那样的话，别的孩子会怎么想，这样，你就可以顺利地为目标转移到其他孩子身上而展开这个话题。比如，你可以问：“你说吉姆穿成那样，别人会怎么看他呢？”“吉姆这么对自己的朋友你怎么看？”“那你的朋友觉得如何？”“你觉得大家会注意到吗？”当然，不是让你一次问这么多问题彻底了解清楚，你得记住你首先是他的父母，不是调查取证的警察。何况这个年龄的孩子对朋友是非常忠诚的，不愿随便出卖朋友。你要处理得有点技巧。

把话题转移到其他孩子身上的方式有个很大的好处，就是即便你表达了自己的观点和态度，也不会让孩子觉得是在说他而感到有很大压力，你自己也同样没压力，觉得自己在说教。这么做可以帮助孩子辩证地思考问题并逐渐形成自己的看法，做出自己的决定。

但是，你得记住你当时只不过是问他的朋友是如何做那些决定，自然你就有可能听到截然不同的两种答案，一种做法符合你自己家里的原

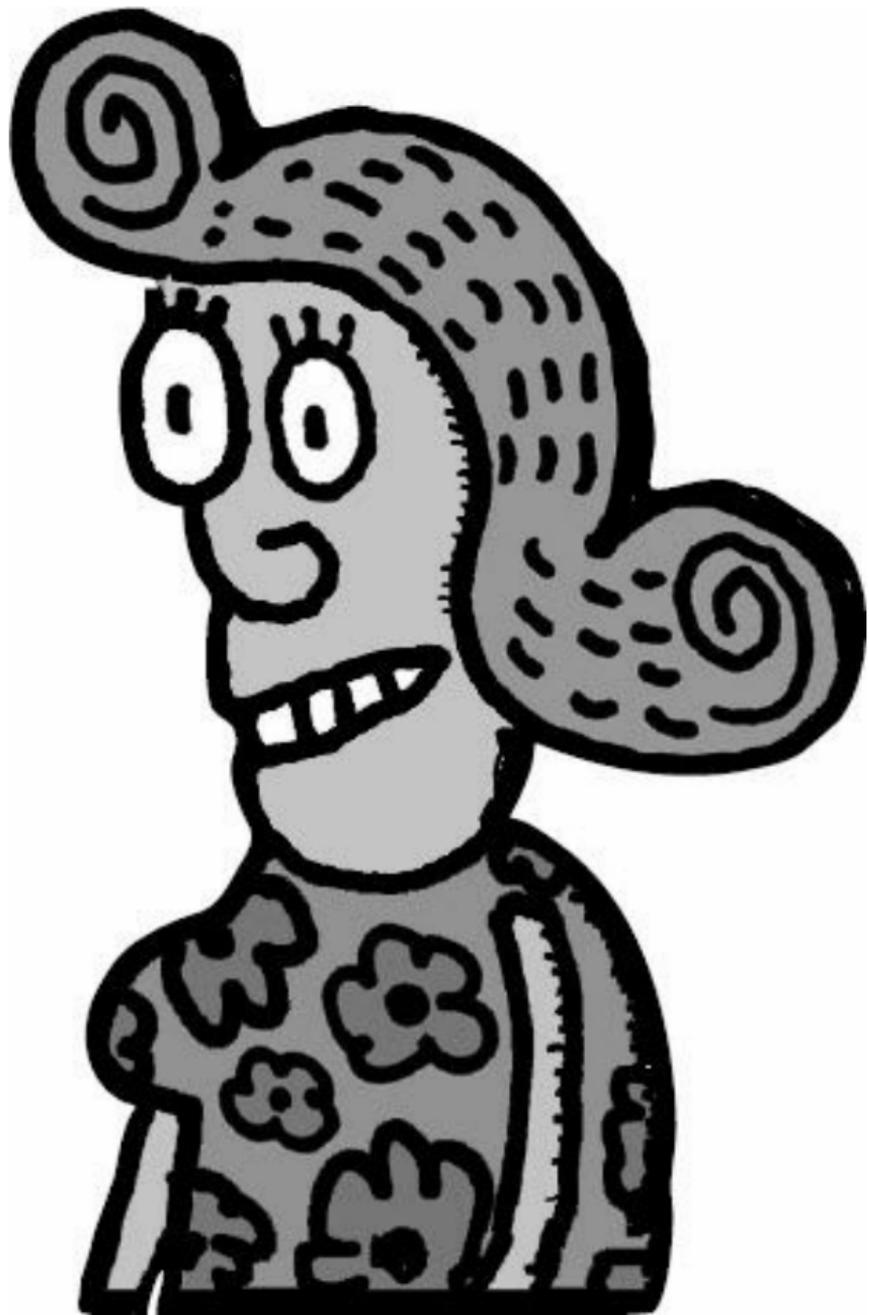
则，另一种做法则不符合。如果属于后面这种情况，你首先要表达对孩子的信任，这非常重要；接着还要抓紧机会重申你家里的规矩，并让孩子知道你相信他会做出正面的、负责任的选择。

总之，跟孩子保持持续良好的沟通非常关键，要坚持和孩子对话，关注他们的身体发育状况以及他们现在和以后的一切选择。

对父母来说，从现在开始最大的挑战是在关于孩子的身体和他为自己

的身体做出种种决定时，你一方面需要传递你的世界观和价值观，帮助孩子逐渐学会做明智而安全的选择；另一方面，你还需要帮助孩子建立对自己的认同感，维护他的隐私和自主性。其实这个年龄的孩子应该还不会真正跟其他人发生性关系，他们只是由于无知和陌生而对与性相关的一切有点迷恋的岁数而已。他们现在做出的选择更多是受到朋友、某些行为和心目中的偶像的影响，而这些深入孩子心中的印象，会极大地影响他进入青春期后如何看待性。对于任何父母

来说，这都是有点难度的阶段，如果你以前从未和孩子谈起过性，就会感觉难上加难。总之，跟孩子保持良好的沟通非常关键，要坚持和孩子在这些话题上的对话，关注他的身体发育状况以及现在和以后的一切选择。



做他的父母，而不是朋友

你可能因为担心你和孩子的关系在改变而感到失落，但是，现在可不是你和儿子称兄道弟或是做女儿的知心闺蜜的时候。这个年龄的孩子需要父母施以坚定的教导，帮助他正视和辨别很多模糊的概念，包括与同伴的友谊，他眼下最需要的是你扮演父母的角色。也就是说你不能把自己放在和孩子或他的朋友那个层面，为了显得和睦而追求和睦，你必须是大人的

角色，必须扮演烦人的爸爸妈妈。

你可能永远不会听到孩子的朋友夸你：“你的父母好棒呀！”也不会因为你的衣着打扮入时或者跟他们很投脾气而得到他们的赞美，但是，对孩子负责才是你作为合格的父母应该做的选择。

就算有点招人烦，你也得比以前更多地介入他的生活：你得知道他的朋友是谁，在和谁讲电话，在哪儿上网和准备去哪里玩等。你的孩子长大了，他忽然发现外面的世界很大、很

精彩，但是，他不知道他必须有父母的引导才能确保安全。你可能永远不会听到孩子的朋友说“你的父母好棒呀”之类的感叹，更不会因为你的衣着打扮入时或者跟他们很投脾气得到他们的赞美，但是，对孩子负责才是你作为合格的父母应该做的选择。

和十多岁的孩子 交谈和活动建议

这词到底什么意思

这个小活动的目的是让孩子反思他随口给别人起的外号对别人到底会有什么影响。让孩子把那些称呼别人的词汇写下来（比如，荡妇、笨蛋等），然后让他自己说明他那么称呼某人的原因。接下来一起去查字典，看看这些词汇在字典里真正的解释是什么，孩子通常会惊讶地发现这些词

汇和自己所理解的意思完全不是一回事。最后，可以问问孩子，他最讨厌别人叫他什么，为什么？这样做下来，孩子自然明白自己之前的胡言乱语有多伤人，应该再也不会这么做了。

尊重别人的权利，学会宽容

这是上一个活动的继续，目的是让孩子分析一些偏见背后的原因。让孩子把他知道的典型的和通常都有

的一些偏见用一句话写出来，比如，一般都会觉得漂亮的女人比较愚蠢。然后依次问问孩子为什么觉得人们会有这种说法。可能这么做并不会解决或者破除所有的偏见，但是至少会告诉孩子要尊重别人的权利，不要对别人指手画脚，为人要宽容。

网络安全条例

你的孩子可能特别喜欢上网，但是放任孩子一个人沉浸在网络上是最危险的事情。如果你不监管孩子上网

做什么，就仿佛任由孩子自己面对整个信息世界，要知道互联网上的信息可是良莠不齐，很有可能让孩子的生活受到不良影响和上当受骗。父母对孩子的性教育很大程度上是出于安全目的的性教育，所以，青少年应该在处于监管的网络环境下上网，尤其是他自己的卧室。父母有责任清楚知道孩子的网络浏览记录，知道孩子在网上跟谁聊天，都在聊什么。

孩子上网的安全须知：

1. 绝不随意向别人透露自己的

姓名、地址、电话号码甚至年龄等个人信息。

2. 如果遇见有人追问索要家里的信息，必须告诉父母。

3. 如果网友要求见面必须告诉父母，必要时可以报警。

了解孩子在学校的情况

学校也会开设生理卫生和性教育的课程，一般是在五年级。了解学校里的类似课程都教什么内容，在家里

也就可以和孩子聊聊课上提及的话题。孩子学过之后，多少会有疑问，孩子之间一定不好意思讨论像性病的传播或者如何避孕之类的话题，这时候，你就可以帮上忙了！

常见的一些问题

Q: 我12岁的儿子一直央求想看肥皂剧，可是里面有一些同性恋的情节，我觉得不适合小孩看。我这样做对吗？到底应不应该让他看吗？

A: 这个问题非常有代表性。父母经常纠结于如何过滤那些充斥了性暗示和性情节的影视节目，很多其实都应该是限制级别的内容。如果你觉得孩子根本不能理解那些情节真正的

含义，就不如明确说出你的顾虑，告诉孩子你不愿意让他接触有这些内容的影视作品。要重视家里对这类主题认可的尺度和价值观。这本书就是为帮助家长如何在泛滥的传媒内容中正确引导孩子。但是，如果你担心孩子看了某个同性恋的电影就会变成同性恋，那倒大可不必。很多同性恋都是在异性恋家庭的幸福生活氛围中长大的年轻人，但是他们在性取向上仍然选择了同性。再者说，你可以选定一些节目让孩子观看，可以借着电视里的情节内容和孩子聊聊相关的性教育

的话题，积极引导孩子，也同样能在这些时候学到对他人的尊重、宽容人与人之间的差异。

Q: 我女儿6年级了，她很喜欢和比她大的男孩一起玩。我应该让她这么做吗？

A: 相对而言，女孩跟男孩相比，在生理上和社交方面都成熟发育得更早些。你可以随便问一个初中的女孩，她最向往高中的什么，她一定会说：“真正的男人！”无论女儿跟多大的孩子一起玩，作为父母，都要关

注她去哪儿玩和玩什么，只是关注的方式要温和委婉，让孩子知道你是出于爱、关心和想保证她的安全。这么大的孩子通常都会很肯定地说她可以照顾好自己，其实她在许多方面都很无知——外面的世界变化莫测，有很多潜在的危險。所以，作为父母就需要给孩子建立家里家外行为处事的规矩，务必规定外出和回家的时间，如果违反，就应该接受禁足的惩罚。你要尽量认识孩子周围来往密切的朋友，也争取和他们的父母保持着联系。如果你对你知道的某些迹象感到

不安，那么就明确规定女儿和那个让你感到不安的朋友什么时间一起玩和玩什么。

Q: 我的儿子告诉我他的一些朋友想要尝试跟谁发生“性行为”，我应该怎么做或怎么说？

A: 首先，请深呼吸，尽量显得平静，别表现出很害怕或者惊慌失措。先往好处想想，至少孩子乐意跟你分享目前的生活，也表明他希望得到你的建议和帮助，你应该感到欣慰。孩子知道向你求助，对和你相处

有安全感，也信任你。不过还是要引起重视，因为他说的不见得是他的朋友，也许是他自己。无论如何，正好可以借此机会了解儿子目前关于什么是“性”都知道了些什么，也顺便强化家里这些方面的规矩。

还可以侧面问问孩子对他的朋友想尝试性行为有什么看法。鼓励他对你说出他自己觉得应该怎么做，强调你特别相信他能做出正确、安全的选择。理解孩子觉得两难的心情：因为他可能既不想出卖他的朋友，又觉得

不能做那些相爱的成年人才能做的事情。疏导、宽慰他，帮助孩子释然。但愿儿子主动找你聊起这件事，能让你们以后在这些话题上加强沟通。

Q: 我女儿会这么说：“我简直迫不及待想去高中了，那样我才有机会遇见真正的男人！”她长得真快，看起来比她的同伴更早熟。听到这样的话，我应该怎么办？

A: 父母听见这样的话的确会感到担心。孩子这么说可能是对性的向往的一种暗示，但也可能并非如此。

男孩在生理上和社交方面都显得比较晚熟，所以同龄的女孩往往会有优越感。你的女儿也许正是为了表达一下她觉得自己比同龄的男生更成熟，认为她对这个世界的认识和看法远远在她的同龄人之上（不论同性还是异性），所以她想去结识更成熟的人提高自己。

好好找她聊聊，看看她究竟想表达什么。多听孩子说，比如，说说她比同龄人更早熟的感受，或者她觉得和别人有什么不同，还可以问问她理

解的“真正的男人”是指什么样的男人。如果发现她的话确有一部分是在表达她对性的向往的话，就和她深入地谈谈她是怎么理解“性”的。父母需要、也应该参与、了解孩子每一步成长中的方方面面，包括探讨与性相关的话题。在这样的过程中，要考虑到孩子的理解能力，也要保证孩子的安全，还要多让孩子表达，好深入了解他的想法。父母要非常明确地坚持让孩子认识到性行为是成人相爱时的行为。孩子需要得到父母不断的教导才会逐渐真正内化成自己心中的原则。

对一些深入的话题有所准备

你可能发现，这章的常见问题回答中，答案明显比以前要长。这可不是偶然。因为对于父母而言，和大一点的孩子聊到这些话题时，需要加倍耐心地听取孩子日益复杂的表述，鉴别他的表述背后隐含的真正意思。10~12岁大的孩子已经有了自己的主张，想让他乐意跟你共同推进关于性别、性以及性行为之类主题的谈话，难度会比以前大

很多，这就需要掌握跟孩子谈话的技巧。在这之前，父母应该好好做功课，以便跟孩子的对话更深入。

10~12岁的孩子应该了解什么

本章给父母提供了10~12岁孩子对他的身体应该了解些什么以及了解到什么程度的参照，还提供了对性行为的生理性和社会性方面的理解的一些参考。对这个年龄段的孩子来说，性就意味着性行为，和一切与之相关的事情。

(1) 孩子的理解能力逐渐增强，能够从生物学角度理解生育过程

以及与性相关的更多具体概念。

(2) 在学校里他们也开始接受有关性教育的课程。

(3) 会更愿意接受朋友们的建议和帮助，而不是父母的。但是，你仍然需要主动倾听孩子的提问，积极回答他的问题，并及时纠正他从外面得来的错误信息。

(4) 你仍然要以身作则，向他积极演示那些和尊重、宽容、认同别人的差异等相关的良好品质和行为。

(5) 快要进入青春期的时候，孩子有更多自己的隐私，也更加喜欢自己独处。

(6) 孩子需要父母提供生理保健的常识和相关的指导。

(7) 十几岁的孩子随时随地都在发生着变化，父母应该悉心观察和随时给予帮助、支持。

(8) 他也可能开始准备跟某个女孩约会，或是不断提到有关约会的话题，但约会的开始和结束都没有什

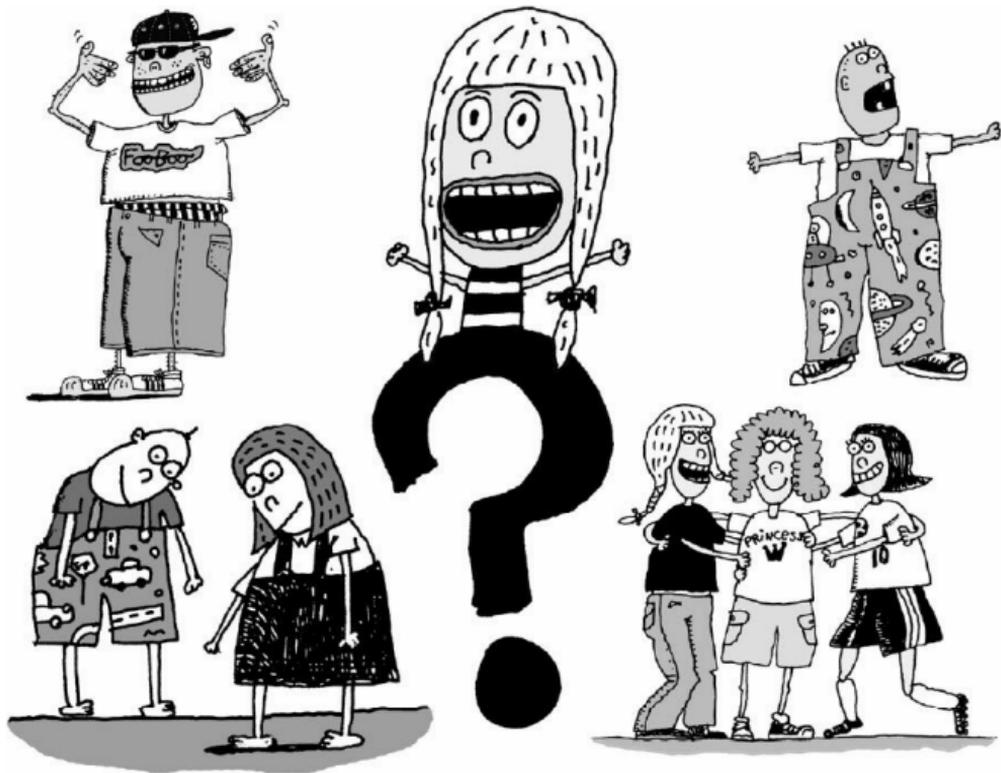
么明显迹象。

(9) 他很可能忽然陷入最初的某段恋情。

(10) 他可能更愿意谈起他朋友的困惑和挣扎，而对自己的却只字不谈。

第五章 有问必答

答



你正在厨房忙着准备晚餐，孩子们一边七嘴八舌地争论着，一边抢着告诉你学校里一天发生的事情。10岁的女儿蜷在餐椅上，做完作业，视线

离开她的数学本，问你：“妈妈，什么是口交？”一瞬间仿佛空气都静止了，孩子们也安静下来，三双眼睛期待地盯着感觉呼吸困难的你。你听着时钟滴答滴答地响，看着碗里的意大利面酱里的泡沫慢慢消失，恨不能地板上有条缝可以钻进去。事实上，你还是结结巴巴地回答了些什么晚点再给她解释的话，然后迅速转身张罗大家准备吃饭，安顿好晚餐之后，再急急忙忙地去收拾房间。做这些的同时脑子却在快速地运转，怎么办？到底“晚点”能晚到什么时候？

本章都在讲什么

本章一定可以帮助你摆脱上面情境中的窘境。其中包括孩子们五花八门的提问，从“卫生棉条是干什么用的”到“为什么我的阴茎变硬了”，你可以借助书中的常识和事实很自然地同孩子开展和讨论这类话题。在这个过程中，父母要随时提醒自己，无论孩子提出什么问题，出发点都是他们渴望理解自己生活的世界，想知道一切，特别需要父母保持理解的态度。性、爱情、性别和生理等这些令孩子

困惑的问题，都是父母引导和教育孩子最好的切入点，要尽量耐心地给予正确的解答。

如果孩子提出的问题恰好是你不很了解的方面，或者让你感到不舒服，你还是要一边尽力诚恳、坦率地回答他，一边也要记得你的孩子没必要知道你的全部，包括私生活方面的细节，不必彻底暴露在孩子面前，父母完全可以有自己的隐私。也要理解孩子，他并不是有意要探究你的隐私，他只是想更多地了解这个世界和

了解自己的身体，完全不是有意试图羞辱父母或者让父母尴尬。

有的放矢地回答问题

其实，有时候孩子想问的和你打算回答的内容可能相去甚远。比如，当你3岁的孩子问：“婴儿是从哪里来的？”他其实只是想知道自己是在哪儿生的，希望听到是哪家医院而已，结果听到一个关于“精子遇到卵子，然后生出了宝宝”这般复杂的故事。所以，你打算开始回答问题前，最好先搞清楚孩子到底想知道什么。

搞清楚孩子提问的来龙去脉，你才知道你该如何回答。

当你的女儿问你，什么是“口交”时，不妨先搞明白她想问什么和为什么这么问，你完全可以反问她：“哦，你怎么想起问这个了？”她的回答应该能帮助你了解关于这个问题她大概了解到什么程度和她想知道什么。你可能发现，她只是在书上看到这个词，完全不理解什么意思，当个生词提出来问问而已，并不是真的对某个性交的姿势感兴趣。搞清楚孩

子提问的来龙去脉，你才知道该如何准确回答。

我不知道如何回答这些问题

不必因为孩子提出令人难以作答的问题而感到心烦意乱。还是重复那个原则：记住，他的出发点仅仅是想努力了解这个世界和一些关于自己的概念。给你一些提示，当你在碰到类似情况时可以加以灵活运用。

1. 不论你的孩子提出多么难堪的问题，都要坚信孩子只是出于天真无知，他并无意冒犯你。

2. 学会积极地倾听孩子的问题，基本要做到：开始回答问题前做深呼吸，然后不带任何成见，态度温和地问清楚孩子想知道什么，接着赞扬孩子能够遇到问题来找父母提问，最后作答。记住，你的目的是帮助孩子在遇到错误信息时绕道而走，并安全长大、健康生活。

3. 用诚恳、坦率的方式和孩子

交流。这样孩子即便有各种难以启齿的问题时也会第一时间想到向你求助，因为很有安全感，没有顾虑，想问就问了。

婴儿是从哪里来的？ 是妈妈拉出来的吗

孩子问这样的问题说明他想听到具体的答案。孩子就是很想知道小婴儿到底是怎么从妈妈身体里生出来的，想听到一个合乎逻辑的答案。那就提供实事求是、符合生物学逻辑的答案，告诉他：妈妈身体里有子宫，胎儿会在那里生长，然后顺着妈妈身体中一条叫做阴道的通道生出来。

可以这么解释：

妈妈身体里有一个特殊的通道叫阴道，那就是怀孕和生宝宝的通道。通常婴儿出生有两个办法：一是妈妈自己用力把婴儿推出，叫阴道分娩；二是医生帮忙在妈妈的肚子上开一个很小的口，轻轻地取出婴儿，叫做剖宫产。

什么是性

这可是父母听到之后都觉得需要斟酌半天的大问题。其实很简单，先弄清楚你的孩子在问什么，他究竟想知道什么？你的小宝贝也许只是从哪儿听到了这个词随便问问，大点的孩子也许是因为学校里刚开设生理卫生课，在讲生殖过程。记住，你的答案只需孩子能听懂，和他的认知水平一致就可以了。然后态度依然是：一旦你弄明白孩子究竟在问什么，就诚恳、坦率、科学地作答。

可以这么解释：

性意味着很多不同的方面。可以是指男孩和女孩身体结构的不同，也可以指怎么生宝宝这件事，还可以是成年人用身体表达彼此之间爱情的方式。你到底想了解哪方面呢？

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

孩子提出想看你的隐私部位并不稀奇，他只是想了解自己的身体结构，想知道性别到底意味着什么，还有那个很神秘的性。可以提醒这个好奇的小家伙，妈妈的身体是妈妈自己的，他的身体是他自己的，既然他都知道隐私部位是不能给别人看的，那

妈妈的也不能给他看。不过可以选一本讲解身体结构和婴儿分娩过程的书，运用书中的图表和孩子讨论，顺便解释他提出的那些问题。记住，周围经常有很多会误导孩子的途径和不良信息，要学会好好利用回答孩子提问的机会，教导孩子认同家里的规矩，接受正确的知识和了解相关常识，培养孩子养成基本的鉴别能力。

可以这么解释：

我的身体由我自己说了算，你的

身体是你自己说了算。阴道是我的隐私，我不打算给你看。我们一起看这本书吧，书里就能看到男人的阴茎放进女人阴道的哪里，然后有了婴儿，还能看看婴儿到底是怎么出生的，好吗？

你什么时候“造”的我

花点时间耐心多问几个问题，弄清楚孩子究竟在问什么。不要轻易断定孩子只是问你他出生的时间，他其实可能更想知道的是婴儿是怎么“造”出来、待在妈妈肚子上的。所以，研究孩子到底想要知道什么，鼓励和夸奖他的提问。也许孩子是想了解“性交”的过程，宝宝是怎么到妈妈肚子里去的，或者是想了解你是怎么怀孕10个月然后把他生出来的。不管

怎样，回答的态度都应该让孩子感受到你随时欢迎并乐意回答他的问题。你应该成为孩子在这方面最好的老师，也需要不断加强孩子在这些事情上对你的信赖，所以一定别回避和敷衍孩子的任何问题，这样以后就算他长大了，还是愿意把你当成最可靠的支持。

可以这样解释：

真是很高兴你问妈妈这个问题，爸爸和妈妈在你出生前10个月“造”的

你。小婴儿要在妈妈的肚子里生长10个月，所以，我们就能算出来你会在什么时间出生了。

你什么时候会做爱

尽管这个问题让你窒息，但是孩子通常都会有这个疑问。你可以回答说这是你的隐私，所以你可以不回答。也可以很自然、坦率地告诉孩子一些事实。事实上，孩子想知道的其实是性爱的目的，而不是具体关于性爱的过程。如果是后种情况，你应该借此机会告诉孩子性爱是成年人的行为，是成年人之间表达爱的方式，也是想要宝宝时候做的事。

可以这样解释：

大人会在他们想要孩子的时候，或是彼此表达爱意的时候做爱。

要到多大才能生小孩呀，我现在可以生一个吗

弄清楚女儿提这样的问题到底想问什么。也许她就是想要一个真的小孩，因为有时候洋娃娃的确并不能满足孩子的需求。如果你愿意，可以给孩子讲讲生育宝宝的过程，正好借机让她了解生育、性爱都是成人行为，如果有可能的话，也可以和孩子提及避孕的概念。

可以这样解释：

女孩长大成人以后才可以生小孩。怎么就算长大了呢？女孩有了月经的时候，就表明她的身体已经做好准备，生理上已经有生小孩的能力了。

你在哪里做爱呢

这个问题让你血压升高或不知所措了吧？对自己重复这个原则：孩子这么问仅仅是出于无知，他们只是想知道这件事是怎么回事而已。而且你应该感到高兴，因为提这样的问题说明孩子对你的信赖，不然他完全可以去问自己的朋友或者其他人，如果去问其他人这样的问题，谁能想象会发生什么呢？这个问题，和其他类似的问题性质一样，正好可以借机告诉孩子什么是隐私。不要为此责备孩子，

引导孩子建立保护身体隐私的意识（就像从小起就告诉孩子去洗手间要关门一样）。然后可以告诉孩子大人会在隐私的地方做爱，用来表达成人之间彼此的爱意。

可以这样解释：

大人在隐私的地方做爱，用来表达成人之间的爱意。

为什么我的阴茎会变硬，什么时候才会软呢

2岁的男孩子就会发现自己的阴茎勃起，想象一下，他不知道自己的身体怎么会这样的时候肯定觉得十分奇怪！理解孩子提出这样问题的好奇心，也正好利用这个机会讲讲男孩的一些生理特征：所有的男性都会有勃起的能力，勃起是由于血液流向阴茎引起的；说服孩子接受这种生理反应

是正常的，完全没必要因为在上课的时候忽然勃起而感到无地自容。教给儿子万一忽然遭遇不合适的场合阴茎自然勃起时如何应对。如果他担心由此招致嘲笑或者引起尴尬，尽量帮助他释然，平时让孩子穿宽松的内裤也是好办法。

可以这样解释：

阴茎变硬叫勃起，它是由血液流入阴茎而引起的。勃起说明男孩的身体正在变得成熟，为长大以后制造宝

宝做好准备。

射精是什么意思

这又是个同样的例子：小孩从哪儿听到这样的词，很想知道这个词什么意思。其实在回答这样的问题时不要局限在生理常识的解答，可以的话再多讲点，这样可以让孩子更好地认清他和朋友眼中的“性”专家对于这类词汇的胡乱演绎。所以，回答这个问题时根据孩子年龄和理解能力的情况，除了从生物学角度解释射精这个名词的含义之外，可以提到射精在孕育婴儿过程中的作用。

可以这样解释：

射精就是精子从阴茎中释放出来的过程，这样精子才可能遇到卵子形成受精卵，然后待在妈妈肚子里长成宝宝。

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

跟前面的问题一样，这是孩子想让你帮助他理解他所不理解的事情，也是你帮助他形成一些自己看法的机会。还是要再提醒你，孩子问及此事只是出于好奇，想了解他所听到的关于性的词或是句子而已。应该帮助他学会选择使用一些你认为合适的表达

方式。而且，如果你自己言谈举止粗俗，千万别指望你的孩子会彬彬有礼——父母需要以身作则。

可以这样解释：

那些词就是“性交”的意思，但是粗俗的表达，说这样的话在我们家是不允许的，是没教养的。

什么是同性恋

记住，你的回答要让孩子觉得他的好奇心是受到鼓励的。只有孩子乐意向你提问，你才能有机会了解他，才能帮助他理解周围的世界。回答这个问题，也是一个让孩子学会理解和接受的很好的机会。可以解释得具体些。

可以这样解释：

同性恋就是两个一样性别的人相

爱，也可以指他们之间的性行为。

我怎样才能知道 我是不是同性恋？什 么时候才可以知道

不管你的家庭认为同性恋仅仅是性取向的选择，还是生理上某种需求差异所导致，目前同性恋基本是被认为由于内在基因决定的某种性取向而已，这个话题太过复杂，也不是我们这本书讨论的重点。大家都知道，同性恋的青少年和年轻人是有着较高自杀倾向的人群。所以，我们强烈建议

父母采取容忍和接受的态度。另外，你的孩子问这个问题并不代表他是同性恋，只是表明他想了解如何知道自己是不是同性恋。这的确是一个很难具体回答的问题，我们认为，最好的回答方式是对孩子说：“不管你是谁，我会一直爱你。”

可以这样解释：

等你长大了就会发觉你是不是。但是，最重要的是你要知道怎样用爱和尊重去对待你爱的人。

“小鸡鸡”是什么意思？为什么阴茎有这么多叫法

告诉孩子阴茎的确有各种叫法，“小鸡鸡”就是其中之一。鼓励孩子使用自己家庭所接受的用词，让他知道，有些叫法是非常粗俗、不礼貌的。这个问题正好用来强化孩子关于适度言谈举止的一些规矩。

可以这样解释：

阴茎有很多其他的叫法，“小鸡鸡”就是其中之一。但是阴茎是最合适的表达。

如果别人的阴茎碰到我的腿，我会怀孕吗

这样的问题同样表明孩子试图理解什么是性。从生物学的角度讲讲怎么样才能怀孕生宝宝。

可以这样解释：

女人会怀孕是因为身体里的卵子遇到了男人由阴茎射出的精子。阴茎只有进入女人的身体释放精子才能够

让卵子受精。所以，碰到你的腿，当然不可能怀孕。

怎么才能知道我已经可以生宝宝了呢

先要反问她，为什么对这件事很好奇？也许孩子只是想知道一个人怎样就能判断自己是不是怀孕了？回忆一下我们前面章节提醒你的：要做一个积极的倾听者，要学会听到问题之后态度温和地对孩子的提问再提出问题，然后根据孩子的答案分析到底孩子想知道什么。不然有时候你要是直接回答他最初提出的那个问题，会发现孩子好像变得更糊涂了，因为其实

本来他问的就不是你回答的那件事。

可以这样解释：

女孩要想生宝宝，首先得自己先长到足够大，有了月经，然后还要跟她爱的男人有性交的行为。如果月经没有按时来，可能就是怀孕了，当然怀孕后还会有其他的一些迹象，等你长大自己经历的时候就知道了。

什么是月经

还是要首先问清为什么孩子会这么问。是你的女儿怀疑自己已经进入了青春期？还是你的儿子在生理卫生课听到老师提起这个词？弄清楚原因有助于你更准确地回答孩子真正关心的方面。不过无论怎样，都从生物学角度解释就可以了。

可以这样解释：

月经就是女性每个月一次的生理

周期，是为了以后怀孕所做的身体准备。每个月，女性的卵巢会产生一颗卵子。如果卵子没有受精，那么子宫内膜就会脱落出血，随后这些黏膜和血液一起经由阴道排出体外，就是月经。

我什么时候会来 月经

大多数女孩会在11岁左右来月经，但是个体差异决定有些女孩9岁就有初潮，而另外一些孩子却直到十四五岁才会有。在这个年龄段的女孩很有可能为不知何时会来月经而感到焦虑，你需要做的就是给她讲讲生理学的常识，并安抚她。可以在孩子初潮之前和她讨论卫生巾或是卫生棉条，帮助她心理上放轻松，也做好迎接初潮的实际准备。如果她愿意，和

她一起去买第一次月经来潮时需要用到的卫生巾，如果孩子不愿意去，你可以帮她买。让孩子了解每个这么大的女孩都会有类似的困惑，而且学校的医务室老师那里应该都备有卫生巾，所以就算万一在学校里来了月经，也没有关系。

可以这样解释：

大多数女孩会在11岁左右来月经。由于个体差异，有一些人在9岁左右就来了，而另外一些会晚些，要

等到十四五岁才有第一次月经。

卫生棉条是干什么的

小孩子更容易通过具体的学习方式获得和巩固知识。给孩子看看卫生棉条，通过解释它的用途正好帮助她理解月经和怀孕的知识。

可以这样解释：

除了怀孕的时候，女性每个月都会来月经。也就是说，排卵后如果卵子没有受精，子宫内膜会脱落一层，

脱落的黏膜和血液一起从阴道排出体外。卫生巾可以用来放在内裤上帮助吸收这几天的出血，而卫生棉条可以放置在体内吸收阴道的出血。

为什么男孩没有 月经

男孩和女孩很有可能都会问起这个问题。你也许很惊讶地发现，原来在学校开设生理卫生课之前，不管男孩还是女孩居然都相信人人会有月经！本书后面附带的人体结构图就可以帮助你解释清楚相关的生物学问题。

可以这样解释：

只有女性才有子宫这个器官，月经是脱落的子宫内膜和血液通过阴道排出体外的女性生理现象。男性没有子宫，所以不会有月经。

为什么男孩不能生孩子

这个问题很好，你正好有机会给孩子讲讲奇妙的人体解剖学。指着本书最后附带的相关人体结构图给孩子看看，帮助孩子了解男性和女性的身体结构有着什么样的不同之处。

可以这样解释：

只有女性的身体才有子宫这个器官，就是宝宝长大的地方。男性只是

帮助女性怀孕，本身没有子宫，不能怀孕。

什么是避孕

如果你被孩子问到这样的问题，可以根据你家庭的信仰来提供合适的回答，尽可能地告诉孩子事实。

可以这样解释：

避孕就是在成年人发生性行为但并不想要有宝宝的时候采取的避免怀孕的方式。避孕药或是避孕套都可以避免怀上宝宝，除此之外，还有其他的避孕方法。

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

有多少父母认为他们能坐在那里和孩子解释性行为有潜在的致命风险？虽然可以把答案重点放在有节制的性行为是避免怀孕和防止性病比较有保证的方式，我们仍然鼓励父母给孩子解释的时候尽量具体。我们相信

最根本的安全一定是来源于正确的性知识和性常识，尽量详尽地告诉孩子。你应该随时和孩子的学校保持沟通，了解孩子在学校的生理卫生课上学习了哪些内容，这样在家里你也会很清楚应该配合学校的学习做哪些解释和引导。

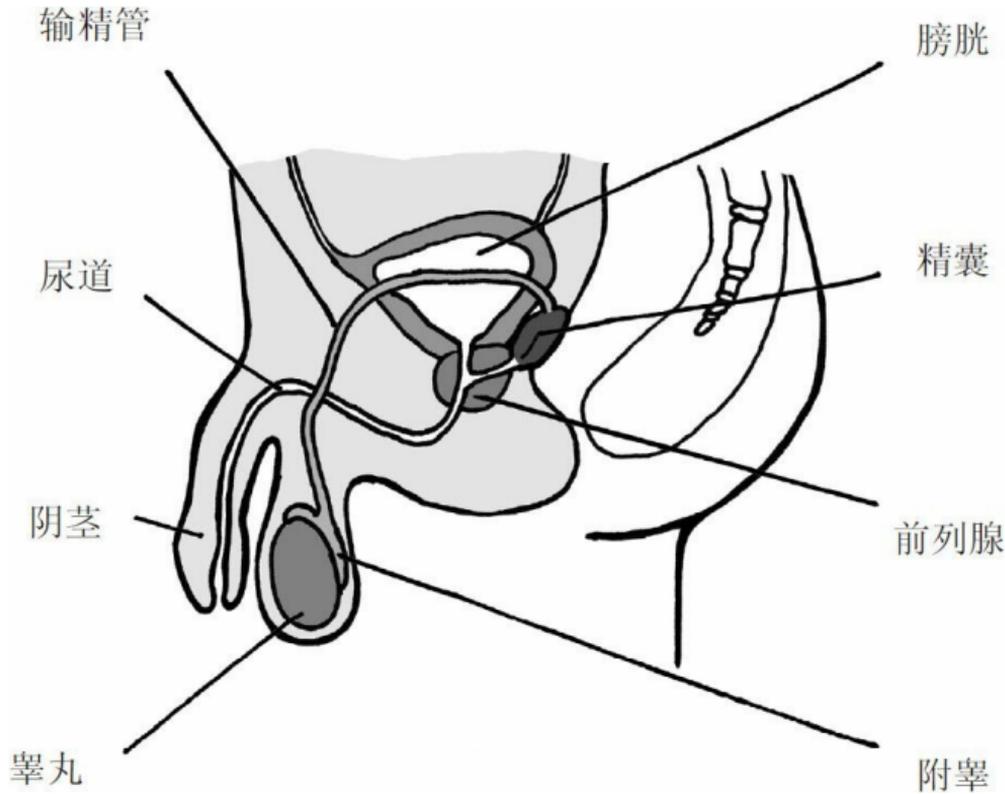
可以这样解释：

避孕套或者橡胶套是用乳胶做的，像气球的质地，可以把阴茎放进去。当大人们想发生性行为但又不想

要孩子或者避免传染某些疾病的时候，会使用避孕套。有些疾病是接触性的传染，也会随着人体的体液传染，精液就是一种体液。当人们说到安全的性行为时，意思就是指如何防止和避免通过性行为传播的疾病，避孕套也是阻断传染的一种方法。

男性生殖系统结 构图





附睾：从睾丸输送精子到输精管的通道，促进精子成熟。

前列腺：前列腺分泌稀薄的牛奶一样的液体，是精液的一部分。

精囊：分泌黏稠的液体，是精液的主要组成部分。

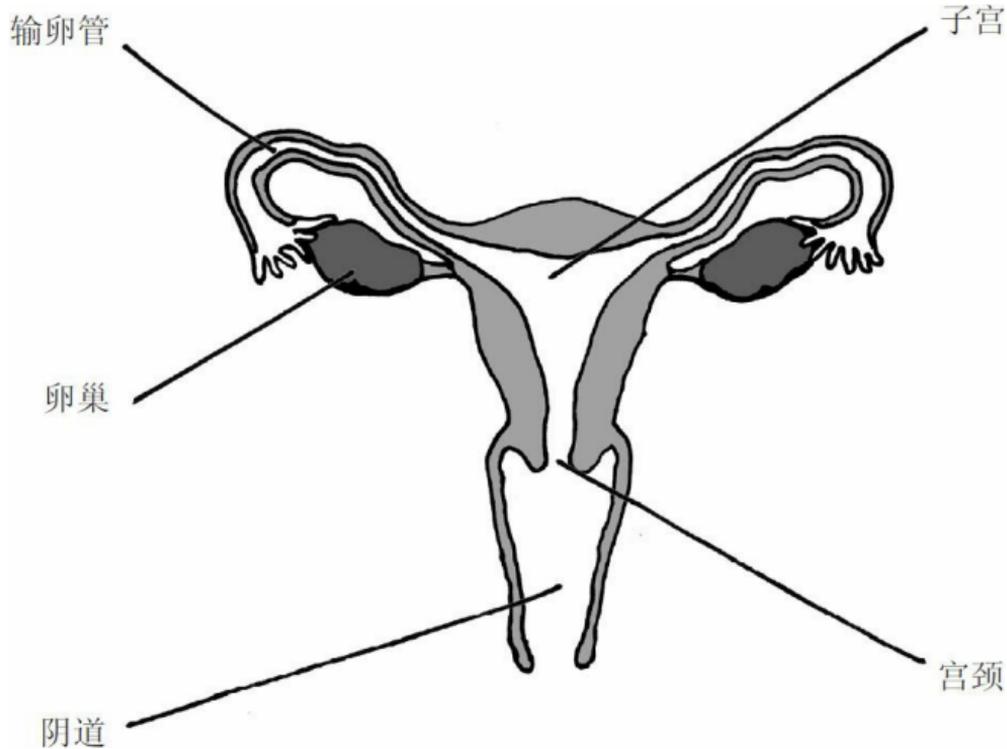
睪丸：产生精液和男性激素的腺体。置于囊状的皮肤也就是阴囊中，由提睪肌控制悬挂于阴茎后方。

尿道：既从膀胱排送尿液，也是睪丸精液的输出管道。膀胱底部的瓣膜会控制尿液和精液不会同时排出。

输精管：细长的管状通道，在精囊和前列腺之间输送精子。

女性生殖系统结 构图





宫颈：连通子宫和阴道。

输卵管：从卵巢输送卵子去子宫的狭窄管道，左右各有一条。

卵巢：卵巢是女性的性腺器官，分泌女性激素和黄体酮，同时产生卵子。在女性的骨盆两侧各有一个卵巢。

子宫：女性独有的一个中空的肌肉发达的脏器，帮助形成月经和孕育胎儿。

阴道：连接子宫颈，是月经的排出通道，也是未来胎儿娩出的通道。

关于作者

罗莉·伯金坎

毕业于佛蒙特州立大学的英语语言文学专业，硕士学位。也曾经任职于佛蒙特州立大学蒙彼利埃诺维奇大学。著有《Mom, the Toilet's Clogged! 》，《Kid Disasters and How to Fix Them》，还和别人合作出版过《Teaching Your Children Good

Manners》（2001），以及其他一些著作。目前同丈夫和4个孩子，居住于佛蒙特州的斯特拉福德。

史蒂夫·阿特金斯

持照心理医生，哈佛大学教育学硕士，马萨诸塞大学心理学学院博士。达特茅斯医学院儿童精神学专业的临床导师，专门诊治儿童特殊学习障碍、ADHD（注意力不集中症），以及研究儿童发展理论。他的实习工作主要集中在家庭疗法和社区咨询服务，包括解决社区青少年的冲动控制

问题和社交障碍发展。他也是新罕布什尔州心理学会医学伦理委员会的成员，美国红十字会心理健康网的专家，承担着全国性灾难幸存者的心理救助工作。目前居住在新罕布什尔州的上谷。