

110 學年度下學期 6 月份輔導室親職文章

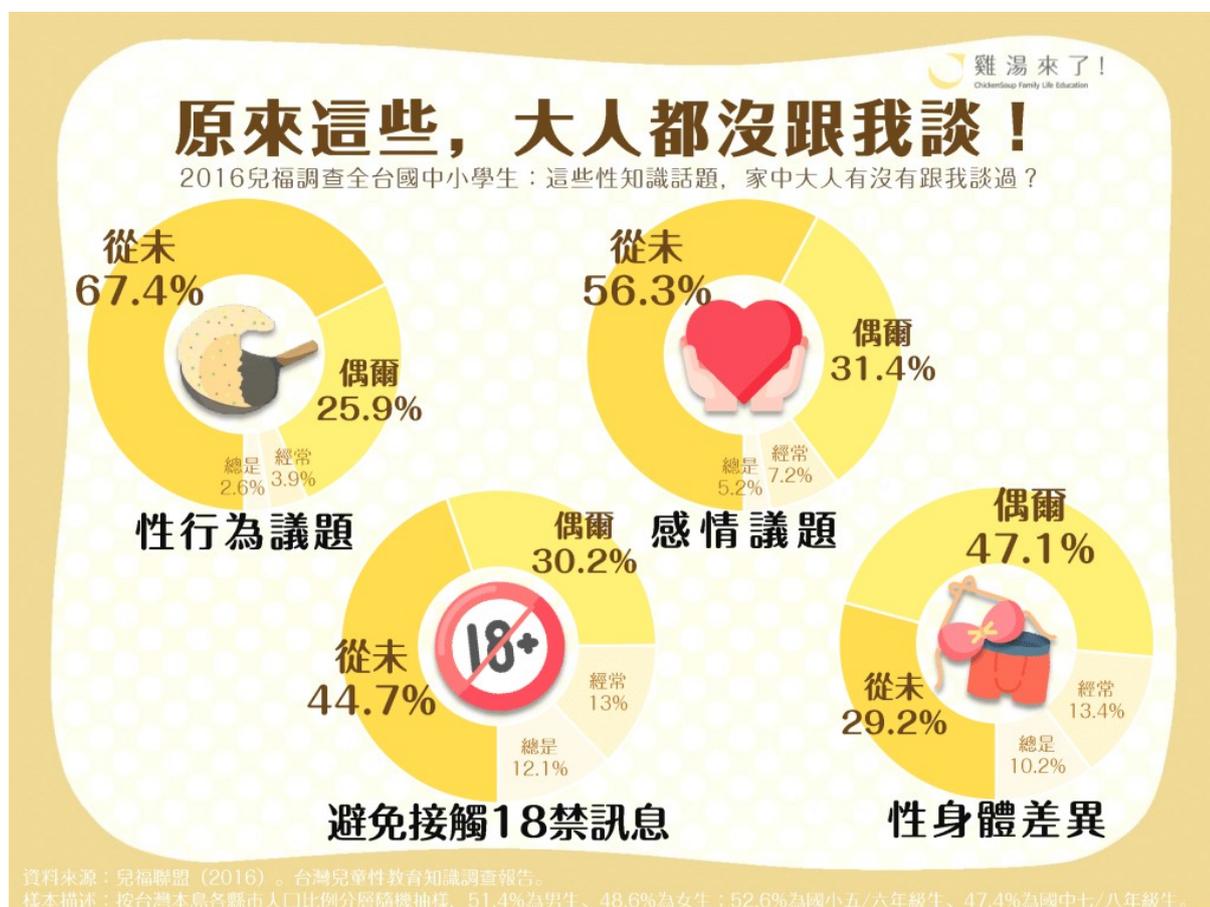
家庭中為何不談性？3 個「家庭性教育」入門策略

文／雞湯來了蕭子喬

校稿／雞湯來了陳世芃、張芷晴

製圖／雞湯來了實習生林佳宜

多少家庭有國文、英文、數學課，甚至還有課外音樂課、籃球課、國際禮儀課，但卻唯獨沒有「性教育」課。孩子怎麼誕生的、到性徵發展、外表打扮、情慾萌芽……，「性」總被避而不談、模糊帶過。究竟「性」怎麼了？為什麼這麼難啟齒？



其實，性是人天生的本能，研究發現嬰兒即會藉由「撫摸」身體某些部位，滿足自己身體的探索慾。性不該是親子間的尷尬話題，而是愈早開始在家落實愈好。家庭性教育，並非真的很難，難是難在態度，關鍵在於跨出開口的第一步，用開放自在的心情談論。

讓家庭性教育不再缺席！家庭性教育的3個開啟契機

1. 建立安全的溝通氛圍
2. 營造開明權威的教養風格
3. 依據年齡選擇「談性」重點

各年齡階段家庭性教育重點內容



嬰幼兒階段 0-6歲

建立信任依附關係

父母觸摸、輕撫及緊抱使子女感受「愛」。

認識身體器官

接納孩子對身體部位的探索，並知道器官正確名稱。

學習性別角色

幫助孩子認識並肯定自己的性別，知道男女生理上的不同。

身體隱私、性侵預防

學習保護自己，尊重自己及他人身體的自主權與隱私權。



兒童階段 7-12歲

認識生命孕育方式

明白由媽媽的卵子及爸爸的精子結合，在子宮生長，經陰道出生。

生理變化準備

了解生理結構，將面臨青春期的生理變化。

生理發育及性反應

月經及夢遺、外部生理變化，如：女性胸部、男性變聲，及陰莖勃起和陰道分泌。

打破性別刻板印象

尊重個別差異，肯定他人認同自我，瞭解性別皆兼具陽剛與陰柔的特質。



青春期階段 13-18歲

具備性生理知識

不要和別人比較，肯定自己身體生理變化的「第二性徵」發展過程。

啟發責任感

培養責任感、正確價值觀，尊重他人和接納自己的性取向。

談性與愛的議題

性觀念的溝通、情感、約會、性衝動、懷孕、避孕、性病、墮胎…等議題，探討承擔性活動後果的責任。

正當社交生活

性別角色、兩性相處之道，學習人際關係的互動方式。

參考資料：林秀茹（2013）。親子談「心」說「性」落實家庭性教育。