

# 初中生青春期性心理健康课程干预效果分析

李雨朦<sup>1</sup>, 郭凌风<sup>1</sup>, 刘文利<sup>1,2</sup>, 刘敬云<sup>1</sup>, 孙冬君<sup>3</sup>, 王陆雷<sup>3</sup>, 余婉婷<sup>3</sup>

1.北京师范大学中国基础教育质量监测协同创新中心,北京 100875;

2.北京师范大学心理学部认知神经科学与学习国家重点实验室;3.北京市第一七一中学

**【摘要】** 目的 探索全面性教育课程对初中生青春期性心理健康水平的干预作用,为制定初中生心理健康水平的改善措施提供参考。方法 选取北京市某普通中学初一学生参与研究,使用《青春期性心理健康问卷》在学生接受全面性教育前、中、后施测,前、中、后测有效人数分别为 553,563,542 人。结果 初中生性心理健康处于中等水平,且女生得分(3.51±0.40)高于男生(3.44±0.37)( $t=3.62, P<0.05$ )。学生在接受全面性教育前、中、后的性心理健康总分(3.51±0.39, 3.74±0.46, 4.10±0.47)及性认知(3.31±0.81, 3.68±0.80, 4.37±0.61)、性价值观(3.43±0.51, 3.55±0.54, 3.85±0.58)、性适应(3.63±0.41, 3.85±0.49, 4.09±0.58)3 个维度得分差异均有统计学意义( $F$  值分别为 252.18, 281.68, 113.54, 114.60,  $P$  值均 $<0.05$ )。结论 全面性教育课程对于初中生性心理健康水平具有显著提升作用。

**【关键词】** 性;精神卫生;干预性研究;学生

**【中图分类号】** G 627.9 G 444 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2019)12-1835-03

**Status quo and curriculum intervention of sexual psychological health during puberty in middle school/LI Yumeng<sup>\*</sup>, GUO Lingfeng, LIU Wenli, LIU Jingyun, SUN Dongjun, WANG Lulei, YU Wanting.** <sup>\*</sup> Collaborative Innovation Center of Assessment toward Basic Education Quality, Beijing Normal University, Beijing(100875), China

**【Abstract】 Objective** To explore the influence of comprehensive sexuality education (CSE) course based on International Technical Guidance on the sexual psychological health of middle school students during puberty, and to provide a reference for mental health promotion. **Methods** This study used Adolescent Sexual Psychological Health Questionnaire as measuring tool and self-made textbook on sexuality education entitled Love and Life: Junior High School Students' Sexual Health Education Textbook as intervention. Measurements were set before and after the first semester together with the end of the second semester, respectively were pretest, intermediate test and posttest. **Results** The sexual psychological health of middle school students was in the medium level, and girls(3.51±0.40) were generally better than boys(3.44±0.37) ( $t=3.62, P<0.05$ ). According to one-way analysis of variance, the main effect of three dimensions of sexual health-sexual cognition(3.31±0.81, 3.68±0.80, 4.37±0.61), sexual values(3.43±0.51, 3.55±0.54, 3.85±0.58) and sexual adaptation(3.63±0.41, 3.85±0.49, 4.09±0.58) and the total score(3.51±0.39, 3.74±0.46, 4.10±0.47) before, during and after the acceptance of comprehensive sexuality education was significant( $F=252.18, 281.68, 113.54, 114.60, P<0.05$ ). **Conclusion** Comprehensive sexuality education course has a significant effect on improving sexual psychological health among junior high school students.

**【Key words】** Sex; Mental health; Intervention studies; Students

青春期是个体童年期和青年期的中间阶段,也是人一生中大脑重塑的关键时期之一。世界卫生组织建议将青春期的年龄范围划定为 10~20 岁<sup>[1]</sup>。广东省一项研究表明,2000—2010 年间女生初潮年龄提前了 0.85 岁,男生首次遗精年龄提前了 0.44 岁;不论男生还是女生,步入青春期的年龄均呈现逐年降低的趋势<sup>[2-3]</sup>。青春期快速的发育又与青少年的心理发展有着千丝万缕的联系<sup>[4]</sup>。特别是大脑发育引发的

性激素水平提高,带来了青少年的性萌动,使得青少年对“性”产生浓厚的兴趣<sup>[5]</sup>。孩子们面临且格外关注生理上的快速发展,却没有足够的知识储备和心理准备来迎接和应对这一系列的变化,这就容易使青少年出现尴尬、焦虑、恐惧、不知所措等负面情绪<sup>[6-7]</sup>,严重影响青少年的性心理健康。

根据 2018 年联合国教科文组织最新发布的《国际性教育技术指导纲要》(修订版),全面性教育(comprehensive sexuality education, CSE)是一个基础课程,探讨性认知、情感、身体和社会层面意义的教学过程。儿童和青少年在接受全面性教育后会具备一定的能够确保健康、福祉和尊严的与性有关的知识、技能、态度和价值观<sup>[8]</sup>。已经有学者验证了在小学学段开展

**【作者简介】** 李雨朦(1996—),女,北京市人,在读硕士,主要研究方向为儿童性发展与性教育及健康学科素养测评与提升。

**【通讯作者】** 刘文利, E-mail: liuwenli@bnu.edu.cn。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.12.019



事后 Scheffe 检验结果表明,性心理健康总分及性认知、性价值观、性适应 3 个维度中,中测得分高于前测,后测得分高于中测,后测得分高于前测( $P$  值均 $<0.01$ )。除性态度外,其余项目两两比较差异均有统计学意义( $P$  值均 $<0.05$ );性态度中测得分低于前测( $P<0.05$ ),后测得分高于中测( $P<0.05$ ),前测与后测得分差异无统计学意义( $P>0.05$ )。

### 3 讨论

本研究结果发现,初中生整体性心理健康处于中等水平。虽然我国学校并未进行全面系统的性教育,且公众对于性教育的态度也并非十分开放,但一直以来都有对青少年进行“青春期教育”的传统和政策倾向。对于全面性教育来讲,课程的时间跨度和进度安排是至关重要的,课程教学应当按照固定的课表,在课堂教学的环境下开展<sup>[12]</sup>,并安排专职教师进行授课。有研究表明,有效的性教育项目通常至少要包含 12 课时的内容,每课时持续大约 50 min<sup>[13]</sup>。而我国中小学并没有任何一门课程中与“青春期教育”相关的内容能够满足课时要求,也几乎没有学校有专职的青春期教育教师。

本研究中学生的性心理健康水平在性认知、性价值观和性适应 3 个维度上干预后均有显著提升,表明基于课程的全面性教育在提升学生性心理健康水平上是有效的。在接受了完整 1 个学年的全面性教育课程后,学生积累了在七年级需要掌握的与性有关的知识。在这些知识的基础之上,他们对于性有了更加广泛的认识,能够在更大程度上尊重并接纳人与人之间的差异。同时也能够更好地识别并应对在该时期自身以及与他人之间的关系中产生的变化,更加悦纳自己,学会享受性带给自己的愉悦。

有研究表明,接受性教育的程度越深入,青少年从中受益就越大<sup>[8]</sup>,在一个文化背景或环境下富有效率的性教育项目,是完全能够被复制和推广到更多相似和不同的环境与文化中,并同样取得较好教学效果的<sup>[8]</sup>,也为进一步通过课程干预提升青少年的性心理健康水平提供了可能。

综上所述,基于课程的全面性教育能够帮助青少年性心理的健康发展,让广大青少年在青春期这一关键时期更加悦纳自己身体的变化,坦然应对心理变化,更加健康、自信地成长。建议初中学校管理者能够将全面性教育课程纳入学校的课程体系,为学生开设专门课程,并安排接受过相关培训的专职教师授

课,切实提升对于性教育的关注和重视。

本研究也存在一些不足,如研究仅评估了性教育课程对于学生性心理健康水平的影响,但性心理健康水平并不能够全面体现出性教育的效果,今后的研究中可以考虑采用行为实验、师生访谈等方式,对学生与性相关的更多领域的发展水平,例如人际关系、风险性行为倾向等进行更加全面的评估。另外,本研究使用的干预工具虽涵盖了全面性教育的各个关键概念,但由于编写时对内容有年龄上的划分,仅接受一年性教育课程还是没有接触到全面性教育希望传达的所有知识、技能、态度,因此如果有机会可以继续使用初二、初三年级的性健康教育读本,继续对学生进行干预,追踪其接受完整全面性教育后的效果。

### 4 参考文献

- [1] WHO. Maternal, newborn, child and adolescent health: Adolescent development [R]. Geneva: WHO, 2018.
- [2] 刘文利. 大学生性健康教育读本 [M]. 北京: 清华大学出版社, 2013: 14-16.
- [3] 聂少萍, 徐浩锋, 麦哲恒, 等. 广东省学生首次遗精与月经初潮现状及变化趋势 [J]. 中国公共卫生, 2013, 29(1): 117-119.
- [4] CRONE E A, DAHL R E. Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility [J]. Nat Rev Neurosci, 2012, 13(9): 636-650.
- [5] 徐德锦. 浅谈青春期性心理健康教育 [J]. 好家长, 2018(13): 58.
- [6] CHANDRA M V, VIPUL P S. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low and middle-income countries [J]. Reprod Health, 2017, 1(14): 14-30.
- [7] UNESCO. Good Policy and practice in health education: puberty education and menstrual hygiene management [R]. Paris: UNESCO, 2014.
- [8] UNESCO. International technical guidance on sexuality education [R]. Paris: UNESCO, 2018: 16-20.
- [9] 赖珍珠, 胡玥, 刘文利, 等. 小学三年级流动儿童性教育课程效果评价 [J]. 中国学校卫生, 2015, 36(8): 1150-1153.
- [10] 骆一. 青春期性心理健康问卷的初步编制 [D]. 重庆: 西南师范大学, 2005.
- [11] UNESCO. International technical guidance on sexuality education [R]. Paris: UNESCO, 2009.
- [12] LEIJTEN P, MELENDEZ-TORRES G J, KNERR W, et al. Transported versus homegrown parenting interventions for reducing disruptive child behavior: a multilevel meta-regression study [J]. J Am Acad Child Psy, 2016, 55(7): 610-617.
- [13] POUND P, DENFORD S, SHUCKSMITH J, et al. What is best practice in sex and relationship education? a synthesis of evidence, including stakeholders' views [J]. BMJ Open, 2017, 7(5): e014791.

收稿日期: 2019-09-02; 修回日期: 2019-10-10