

## WHAT TO TALK ABOUT WHEN? CARDEA 什么时候谈什么?



## 每个年龄和阶段的适当对话

## 早期技能:在童年早期要谈什么(0-5岁)

无论我们是否意识到, 在我们孩子生命的头几年, 我们正在为他们往后的性生活奠定基础。在这些早年 里,他们在亲密、健康的触碰、和沟通方面的第一课都来自他们的父母和照顾者。当他们在发现并询问 关于世界(包括他们的身体)的无尽问题时,他们感受到的惊奇和敬畏对我们来说可能是启发人心的, 然而有时也是一种挑战。尽可能以轻松的,基于事实的方式回答他们的所有问题,以免在这些主题中产 生耻辱感或忌讳。使用书籍来解释身体部位和生殖系统在这个阶段特别有用。

- 树立健康关系的榜样,而尊重的沟通、爱、与支持 是其中的一部分
- 使用所有身体部位、包括生殖器官的正确名称教导 身体解剖构造
- 积极正面地认可身体探索,不造成耻辱感
- 准备好简单讨论婴儿从哪里来
- 树立请求同意的榜样(例如,「我可以拥抱你 吗? |)

- 认可你的孩子提出问题。创造一种你对任何主题 都是「可以询问的」和平易近人的感觉
- 把有关安全的话题纳入谈话中,包括适当的与不 适当的碰触,以及不隐藏秘密的重要性
- 讨论与解构性别角色。教导平等
- 与其他照顾者谈你的理念准则和策略

## 2-5岁孩子提出的常见问题

- 1. 我从哪里来的?
- 2. 宝宝是怎么样进/出妈咪的?
- 3. 性是什么?
- 4. 妈咪, 你的阴茎在哪里?
- 5. 如果一个男孩有长头发,这样就把他变成一个 女孩了吗?
- 6. 为什么Angela 有两个妈咪, 而我只有一个?
- 7. 为什么我的阴茎有时会站起来?





有关这些问题的答案

以及推荐的书籍和网站以便与你的孩子分享, 请查看我们网站的「家长资源」"Resources For Parents":

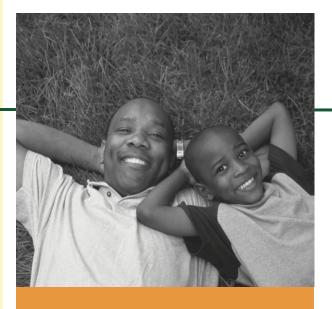
www.bacheinfo.org

## 什么时候谈什么?

# 接近青春期:和你的6-8岁孩子讨论什么

这阶段的孩子就像小科学家一样,提出关于各种事物如何运作的「研究」问题。他们可能会听到来自同侪的信息(和错误信息!),而你希望他们为了事实来找你。他们对其他人的身体很好奇,可能想可停「扮医生」或「实验」。这在发展上是合适的,并且你可以就你是否希望他们参与这类的简游戏」来设定界限。总的来说,你希望他们觉得你很欣赏他们的好奇心,并且欢迎他们的问题。提供一些你们可以一起阅读,或者他们可以自行查阅的书籍和可信赖的资源,然后追踪后续情形以检查他们的理解。

- 准备回答关于生殖和性的更成熟的问题
- 解释青春期/身体的变化以及能预期些什么
- 讨论隐私和个人界限;强调他们的身体是属于他们的,而且他们在触摸别人之前应该先征得许可
- 教授非言语的沟通技巧,包括如何阅读肢体语言
- 教导尊重所有的人、性别、家庭结构、和身体类型
- 提倡健康的身体形象
- 讨论媒体信息与现实生活之间的差异
- 询问他们的问题(例如,「你认为呢?你知道些什么?|)然后要多听!
- 提供资源。请参阅我们在 bacheinfo.org 的推荐书籍和网站



6-8 岁孩子提出的常见问题:

- 1. 什么是手淫?
- 2. 我的乳房什么时候会开始增长?
- 3. 我的阴茎会变得像我爸爸的一样大吗?
- 4. 阴茎如何进入阴道?
- 5. 为什么人们有女朋友或男朋友?
- 6. 我太年轻所以不可以亲吻我喜欢的 人吗?
- 7. 我怎么知道某人是否喜欢我?



你最了解你自己孩子的发展轨迹! 这只是一个导引 - 运用你的直觉去了解什么最适合你的孩子个人。



### 青春期与前青少年期:和你的9-12岁孩子讨论什么

在这个年纪,孩子们觉得他们不再像孩提时代那样需要父母的保护感和安全感。他们更有动力承担风险,对自己和他人的性行为更加好奇,并且受到同伴更多的影响。然而,他们的确仍然需要你去设定限

制,去无条件地爱他们,去接受他们就是他们自己的样子,要在当下、要开放、要有空,并引导他们度过棘手(也有趣!)的这几年。

- 准备讨论(并庆祝!) 男性和女性的青春期和生殖解剖
- 提醒他们所有的身体都是不同的; 把青春期经验的多样性正常化
- 要富有同情心。你的孩子正在经历可能在身体和情感方面都具有挑战性的变化
- 讨论你的家庭在约会、手淫和亲密关系方面的价值观
- 识别健康的友谊和关系的各个方面,包括设定界限,尊重彼此的观点和想法,以及同意。教导哪些是不健康的关系的警讯红旗
- 讨论与促进尊重性别认同和性取向的多样性
- 讨论,关于性和性关系,媒体信息与现实生活之间、以及色情与真实性关系之间的区别
- 提供适合年龄的资源并追踪后续情形以检查他们的理解

#### 9-12 岁孩子提出的常见问题:

- 1. 每个人都会长阴毛吗?
- 2. 为什么男孩会梦遗?
- 3. 我的内裤湿了是否正常?
- 4. 同性恋是什么意思?
- 5. 如果一个女孩亲吻女孩,她就是女同性恋吗?
- 6. 阴茎有可能太大/太小吗? 什么是正常的阴茎尺寸?
- 7. 卫生棉条会卡在女孩的阴道内吗?卫生棉条可以让人怀孕吗?
- 8. 人们如何知道他们是否患有性传播感染?
- 9. 为什么人们手深?
- 10. 「爆出别人的樱桃」(或置入其他性俚语) 是什么意思?
- 11. 人们应该什在么年龄有性行为?

