性教育—在家庭中推行性教育（https://www.studenthealth.gov.hk/tc\_chi/health/health\_se/health\_se\_fse.html）

性教育的目的和重要性

‧性教育是要讓子女了解男女的基本生理結構和生命的誕生

‧透過增加對性的認知，教導子女建立及接受自己的性別角色及職責，明白兩性身心的異同，以奠定日後交友、戀愛及與人相處的基礎

‧性教育是全人教育，教導個人接納自己，學習與人相處的態度和技巧，培養對人對己的責任感

何時何人施行性教育

在現今資訊發達的社會，有關性的訊息充斥市面。子女對性會產生好奇，所以父母應及早向子女灌輸正確的性觀念，以免他們被不良的刊物及不負責任的傳媒誤導。

在子女成長的過程中，他們要學習及適應不同發展時期的生理及心理轉變；因應年齡和環境的轉變，子女在性方面也有不同的學習目標，故需要適當及持續的輔導和指引。家長是陪伴子女成長的核心人物，亦是施行性教育最理想的人選；愈早開始在家庭中推行性教育，便可盡早讓子女建立正確的性觀念，父母亦會較容易掌握他們的情況。

許多人認為，母親是施行性教育的最佳人選，但其實父親的參與亦同樣重要。兒子能在父親身上學會男性應有的角色；女兒則能透過父親明白男性在家庭和社會中承擔的責任，並知道他人對女性的期望。這一切都會使子女得到莫大裨益，知道長大後如何與人相處。

推行性教育的先決條件

1. 認識性教育的內容

‧了解成長中的子女的心理發展和困擾

2. 建立良好的親子關係，奠定日後與人相處的基礎

‧培養和諧融洽的家庭氣氛

‧讓子女感到被愛和被關心

‧培養子女的感性思維，例如鼓勵他們學習音樂及繪畫等藝術，父母亦可與子女一同參與，藉此增進親子關係

‧培養子女多方面的興趣，增加他們參加團體活動的機會

施教技巧和方法

1. 選擇時機，有問有答

‧應在適當的場合進行性教育

‧把握如收看相關電視節目等時機，引導子女主動思考和發問

‧避免在他人面前與子女討論性問題，以免他們覺得尷尬或不被尊重

2. 建立自信，全人發展

‧強調全人發展，教導子女應對性有正確的認識和開明的觀念，讓他們能接納自己，肯定自我價值，從而一生受益

3. 因材施教，與時並進

‧了解子女的心性發展，與他們一同成長

‧回答問題時，應先明瞭子女對問題的了解程度，再用他們明白的詞彙、方式及語調簡短地講解

‧隨著子女成長，應為同一個問題提供更深入的答案，以滿足他們的求知慾

4. 知己知彼，百戰百勝

‧與子女建立互相信任的關係

‧直接參與子女的活動，分享他們的談話及玩笑，從而理解子女的思想和文化，以促進彼此與性有關的溝通

‧主動與子女分享他們在性方面的憂慮，與他們商討解決辦法

5. 平等對話，互相尊重

‧對子女的提問持通情達理的態度，給予明確和清楚的答覆

‧避免以訓話或說教形式要求子女一定要遵守父母的教導，以免引起子女的反感

‧避免使用阻礙溝通或會惹起反感的字眼，例如「你怎麼會這麼蠢呀?」

6. 態度和藹，循循善誘

‧保持耐性和專注、細心聆聽、語調溫和自然

‧若子女對性的觀念有不同的意見甚至出現偏差，父母切忌大動肝火；應嘗試了解子女的內心世界，聆聽他們的說話，平心靜氣講出自己與他們不同的看法

7. 實話實說，保持客觀

‧以正確的答案回答子女的性問題，不要為滿足子女的好奇心而捏造答案

‧遇上不懂的問題時，應坦白承認，並與子女一起從書本或其他途徑找出答案

‧避免投射自己對異性的看法於子女身上

8. 以身作則，言行一致

‧留意自己平日的行為和對性持有的態度，以免子女認為父母「講一套，做一套」

‧身教重於言教，言行必須一致

9. 借用資訊，善用教材

‧父母可借用一些性教育教材如書籍或影音資訊等，以方便彼此傾談、討論和解釋

10. 廣結良朋，尋找支持

‧鼓勵子女多參加課外活動，如學校的童軍活動、社區內的義工計劃等，以擴闊子女的生活圈子

‧與學校保持聯絡，了解性教育的教學範圍，以配合學校推行性教育

‧父母可多參與為家長舉辦、有關子女成長及性教育的活動，掌握相關知識和技巧

結論

每個人的性觀念都會影響其做人處事的態度。性是人格的一部分，而推行性教育則有助培養子女發展健全的人格，所以性教育是家庭教育的重要一環，應自小在家庭中推行。

（二零二二年六月修訂）