早談性教123（https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-articles/feature-articles/detail/sp20240104）

早談性教123

參考編號：SP20240104

日期：2024年1月4日

類別：親子王《親子談性樂》專欄

對象：家長

作者：教育組 梁祖詠

主題：性教育，家庭性教育

嘉嘉今天滿一歲了！一家人都開心地為嘉嘉慶祝生日。望向樂滋滋地吃著蛋糕的女兒，嘉嘉的爸爸和媽媽都感到陶醉又窩心，他們亦很感恩女兒能健康快樂地成長。

晚上休息的時候，爸爸忽然想起女兒在洗澡和更衣時的一些奇怪表現：洗澡時嘉嘉發現自己有乳頭，用手指撫摸了一下，又拉開爸爸的衣領想知道爸爸的身體有沒有一樣的部位，也會用小手指挖挖自己的肚臍。在換尿布的時候，小手亦會不期然地摸摸自己陰部的位置。

聽後，媽媽驚訝地表示，原來嘉嘉對爸爸都做過一樣的事情。媽媽當初以為是女兒仍留有早期餵哺母乳的回憶，只要感到飢餓就會自然而然地尋找媽媽的乳房尋覓母乳；撫摸陰部則只是有點癢，想不到是女兒已經開始有「自我」意識，開始探索身體了，也是開展性教育的好時機。

其實，就算只是剛滿一歲的孩子，甚至只是半歲大的幼兒，都可以開始自然地灌輸性的基本概念。家長可透過行為讓孩子知道我們尊重他們的感受和身體的感覺。例如在換衣服的時候，可以一邊換一邊跟孩子說：「我們現在換衣服了，身體會感到涼涼的。」讓孩子知道感到涼涼的是「自己的身體」、「現在換尿布，爸爸／媽媽要提高你的腳了。」這時候孩子就會認知到自己的腳正被提起。

在孩子約兩歲開始，對於「自我」有更強烈的認知時，就能透過語言來引領孩子去談性，也是親子談性的第一步，例如可以在日常生活中，與孩子的對話時提到生殖器官的正確名稱，其中一個最好的時機就是與孩子洗澡的時間。洗澡可以讓孩子了解自己的身體部位，就如：頭、手、腳、肚臍、乳頭等，都有助於孩子建立對於性器官的第一印象。

當孩子進入三歲之齡，也就是入讀幼稚園的階段，與外界接觸的機會越來越多，正是需要認識自我保護概念的時候。幼兒需要了解到與其他人的接觸界限，在保護自己的同時，也要尊重他人。例如父母和孩子在家中可以模仿在校遊戲的情境，詢問孩子在某些情況下的觸摸會否感到「不舒服」，從而認識到某些觸碰是會令人反感的。另外，亦可以透過與孩子的日常互動教導孩子「先發問後行動」，例如：「現在好像有點熱，你想媽媽幫你脫去外套嗎？」孩子可以回答「想」或「不想」，這也是幫助孩子建立身體同意權最基本的概念。

當然，每一個孩子的成長步伐都不一樣，假如家長發現孩子在更早期已經有探索身體的行為，或「自我」的概念，早教的步伐就可以加快一點，反之亦然。家長是讓孩子認識性的首要橋樑，家庭性教育從來沒有太早或太遲，只有我們當下的選擇。及早開始，有助於與子女建立更緊密的聯繫之餘，孩子長大後亦不會羞於啟齒向家長提出性疑問，從正確的渠道尋求答案。

最後，嘉嘉的父母在網上搜查一番後，二人都決定要好好裝備自己，用正面開放的態度面對女兒的成長，畢竟這些都是象徵嘉嘉正在健康成長的里程碑呢！為人父母真是人生漫長的一課啊！