

尽早谈谈。经常聊聊。

父母和孩子谈性的小提示

1. 尽早谈谈。经常聊聊。也要倾听。



2. 从幼儿期到青少年期，随着时间的推移提供很多小小的对话，而不是一个“大谈”。

3. 从你的孩子还是婴儿时就开始谈论身体，并使用正确的身体部位名称：阴茎、睾丸、阴囊、外阴、阴道、乳房。

4. 性健康不仅仅是性生活，它是身体、婴儿、成长、做女孩、做男孩、爱、性表达、感情、个人价值观、决定、和性/感情关系。

事实：青春期可能从8岁(大多数10或11岁)开始，而且可能持续到18岁(但可能更晚)。

5. 不要只等着你的孩子提问。

6. 利用机会教育。用电视、杂志、与朋友的经验、音乐、和互联网的话题开启谈话和“假设”。

7. 诚实而简单地回答问题。只有一点点信息是可以的，因为你总是可以再回到它来(而且你应该这么做)。

8. 良好的沟通需要双向的谈话，而不是单向的演讲。



事实：到高中结束时，约有50%的年轻人有过性行为。而50%的人没有过性行为。

9. 做一个“可诉说”的父母 -- 让自己有空、不大惊小怪、还要倾听。



10. 只要开始、永不嫌迟。如果你觉得不自在，你可以在车上或洗碗时开始交谈而可以避免视线接触。

11. 不要想当然认为每个孩子都是异性恋者：大约10%的人口会是被同性吸引的。

12. 如果你不知道怎么回答某个问题，你就这么说是可以的。你可以像这样说：「这是一个很好的问题。我不知道怎么回答。我会去找到答案再回复你，」或者「我们可以一起找答案。」

事实：研究显示，有与父母谈性的孩子较晚开始性行为。

13. 即使孩子正在经历青春期，也要持续向孩子表达关爱。经常拥抱可以沟通很多 -- 一切尽在不言中。

14. 了解你的孩子在学校什么时候学习性健康和它的内容，这样你可以做好准备。

15. 即使你不赞成孩子发生性行为，也要让孩子知道如何使用避孕套/保险套。

16. 把适合年龄的、提供正确性知识信息的小手册或书籍散放在显而易见之处，让孩子可随意翻阅。

这份提示单是改编自《Talk Soon. Talk Often.》《尽早谈谈。经常聊聊。》，是由 Western Australian Department of Health 西澳大利亚卫生部，根据 Australian Research Centre in Sex, Health & Society at La Trobe University, Victoria 维多利亚乐筹部大学的澳大利亚性、健康和社会研究中心的研究和开发，为家长制作的出版品。