

你們在教我孩子什麼?!

-從醫學看性教育

葛蘿絲曼醫師著

重要的提醒——

◆神經學家辨識出——

孩子還在子宮裡就已經有

「**男性腦(male brain)**」與

「**女性腦(female brain)**」的區別

◆研究顯示——

男孩女孩之間的差異很大，

性行為的影響很深，且伴隨許多後果，

而我們透過自制力可以獲得很大的益處

重要的提醒——

◆核磁共振影像顯示——

在高度緊張的關鍵時刻，

青少年的大腦依賴的是直覺反應，而非理性思考。

（換句話說，造成未婚懷孕和性病傳染的原因

並不是他們無知，而是大腦細胞中直覺與理性
之間尚未能產生連結作用。）

◆婦科醫師知道——

問題不在於一個有性行為的”年輕女性”

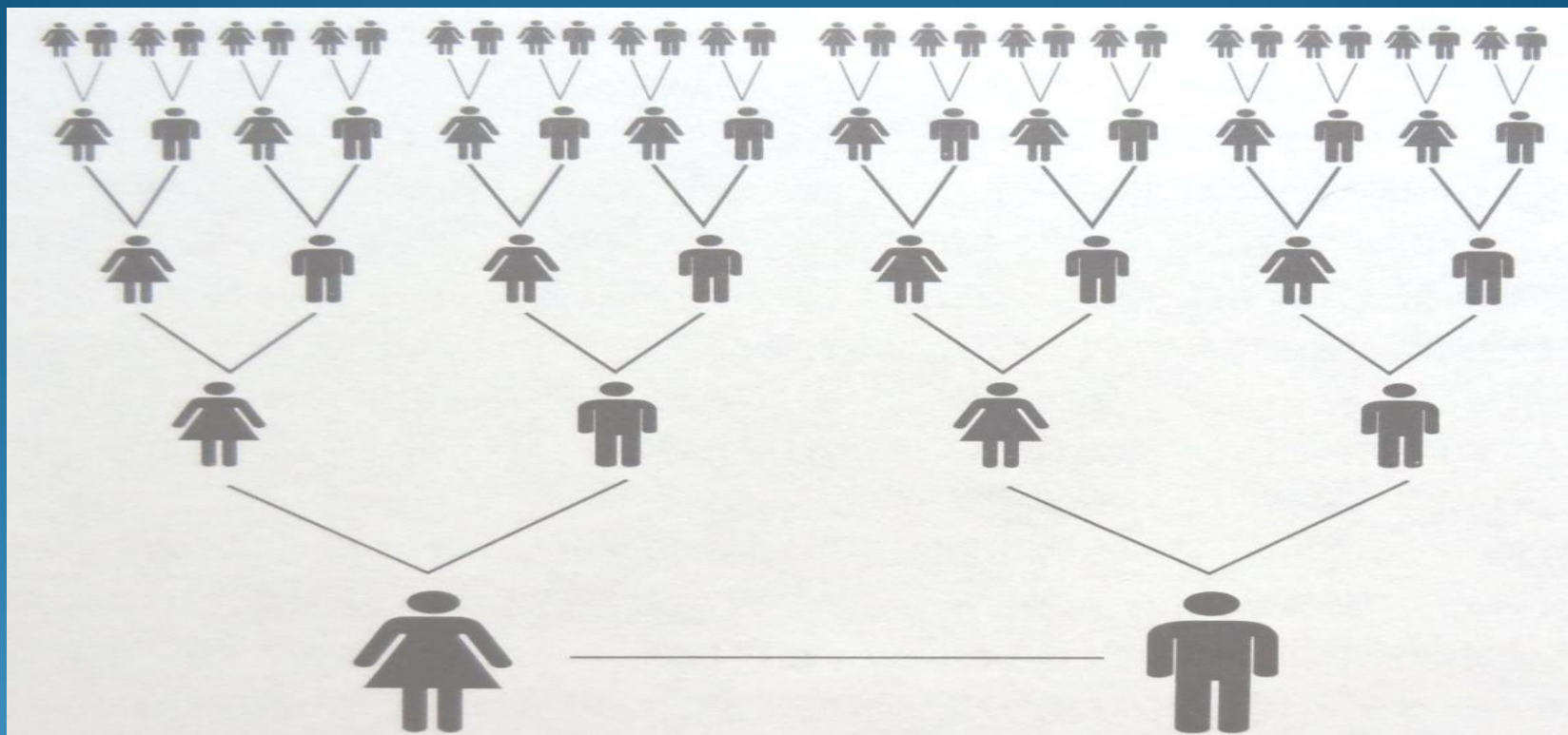
會不會感染性病，

而是他會感染到哪一種性病？

重要的提醒——

- ◆任何性「探索」，都冒著感染兩打以上不同的細菌、病毒、寄生蟲和黴菌的危險，感染非常可能會在初次性行為之後發生。有一些是無法治癒的病毒感染，其中一種是通常會致命的愛滋病毒：HIV
- ◆延遲發生性行為，是唯一可以百分之百避免感染性病和懷孕的方法。暫時的快感一點也不值得付出性病的代價。

重要的提醒--



當你與一個人發生性關係，
就等於是和所有與他發生過性關係的人，
以及跟那些人發生過性關係的所有人…發生了性關係。

重要的提醒——

◆研究顯示——

孩子們在父母傳達出自己的期望，
並且立場堅定時，會表現得最好。
適度嚴格管教，
且明確表達期待子女延後性行為的父母，
他們所養育長大的子女，
最少涉及有害的行為。

重要的提醒——

◆對於性——

孩子們應該學習的第一件事就是：

我們的生理構造

天生就是

為了親密、持久的依附關係
而設計的。

重要的提醒——

◆延後發生性行為的好處——

- 降低性病傳染的比率
- 較高的學業成就
- 降低未婚懷孕及生子的比率
- 減少單親家庭
- 提高婚姻穩定度
- 減少母親和孩子陷入貧困
- 減少墮胎以及憂鬱症的發生
-

女孩跟男孩不一樣——

1. 女孩子在親密關係方面 具備獨特生理性的脆弱

- 女性大腦使她傾向於渴望連結、溝通以及認可。
- 她的生理化學反應促使她信賴並 依附
與她發生關係的人
- 她的神經系統使他盡量低估對象的缺點而
甘冒風險

這是生理上(透過顯微鏡看到的)的事實，並不是性別刻板印象

女孩跟男孩不一樣--

2. 女性的敏感來自基因

- 女性身體所有細胞裡的第二條X染色體，為她創造出女特質，在此特質中，感受較為敏銳，因此比較脆弱容易受傷害
- 女性在出生前，大腦結構就與男性有顯著的差異。女性大腦較擅長溝通、觀察以及處理情緒。女性善於由臉部表情和說話音調收集資訊，且比較會從這些資訊推論出與她的自我價值相關的意義。

女孩跟男孩不一樣——

3. 荷爾蒙帶來的影響與差異⁽¹⁾

- 男性和女性不同的荷爾蒙會為他們創造截然不同的現實。
- 因為荷爾蒙，青春期的男孩女孩確實會有不一樣的想法和感受，尤其是對性。
- 因為荷爾蒙，親密和觸摸對青春期的女孩具有重大意義。

女孩跟男孩不一樣——

3. 荷爾蒙帶來的影響與差異(2)

- **催產素**：「**擁荷爾蒙**」(The Cuddle Hormone)，會在腦中發揮作用，促進社會連結。親密關係(只要超過二十秒的擁抱)會提升女性的催產素濃度，使她放鬆與信賴這個人。
- **睪固酮**(Testosterone)，是掌管性衝動的荷爾蒙，不是用來與人擁抱及連結，是用來釋放性衝動。

女孩跟男孩不一樣——

3. 荷爾蒙帶來的影響與差異⁽³⁾

- 當女性進入青春期，她體內的睪固酮會有些許升高，男性進入青春期卻是一下子激增到原來的25倍。
- 擁抱一個人，會向女性的大腦傳達無聲的訊息——我現在跟一個特別的人在一起，我可以放鬆與信賴這個人，我可以愛他或她。

女孩跟男孩不一樣——

3. 荷爾蒙帶來的影響與差異⁽⁴⁾

- 女性的腦浸潤在雌激素、黃體激素和催產素的混合液裡，影響到她的知覺、思想、感受、夢想。在覺察不到的情況下，她的身體以各種方式回應與她發生性關係的對象，回應著對方的氣味和碰觸。
- 女性只要選擇和另一個男性變得親密一點，催產素便會升高，增強她對他的依附關係，也讓女性大腦裡的其他部位都放慢速度，降低她的判斷力。

女孩跟男孩不一樣——

3. 荷爾蒙帶來的影響與差異⁽⁵⁾

- 男性的腋下會產生某種費洛蒙。吸入男性費洛蒙的女性會有兩種反應：
 - (1) 與生殖相關的賀爾蒙會發生變化，
影響到排卵，
 - (2) 緊張的程度會降低。
- 即使教導女孩使用保險套，或其他較安全的避孕措施，和男孩共渡的夜晚，仍以她想像不到的方式對她產生影響。

不成熟的青少年(女)--

1. 青少年不是缺乏資訊，而是缺乏判斷力(1)

- 醫學博士溫柏格：一般青少年的大腦離成熟還早，也尚未具備成年之後完全的運作能力。
- 前額葉皮質區負責的是大腦的執行功能：判斷、推理、做決定、自我評估、計畫、抑制衝動以及衡量做決定的後果等等。這部分最晚發育成熟。（一直到二十歲中期都可能還未發展完成）
- 如果大腦的執行長還不能完全發揮功能，怎麼期待青少年可以自己做決定，尤其是牽涉到有風險的決擇？

不成熟的青少年(女)——

1. 青少年不是缺乏資訊，而是缺乏判斷力(2)

- 史坦柏醫師一再重申：我們有具體的證據說明，儘管知道也理解所冒的風險，青少年還是會涉及危險活動。
- 青少年因為青春期的開始發育，所以大腦裡充滿性荷爾蒙，對許多青少年而言，這激發了強烈的衝動、刺激感，以及濃烈的情緒。使青少年會尋求更高的新奇和刺激以滿足愉悅感。

不成熟的青少年(女)——

1. 青少年不是缺乏資訊，而是缺乏判斷力⁽³⁾

- 青少年時期，情緒系統(杏仁核)比認知系統(前額葉皮質區)要成熟，青少年做決策時，情緒系統發揮較多功用，無法達成最佳選擇。
- 哈佛神經心理學家游格倫-多德解釋：青少年在處理情緒時比較傾向於以“直覺本能”反應。成年人的大腦使用前額葉來推理或制約情緒反應，青少年的大腦才剛開始發展這項能力。

不成熟的青少年(女)——

1. 青少年不是缺乏資訊，而是缺乏判斷力⁽⁴⁾

- 青少年的大腦迴路還沒有發展完全，不會因為提供所有資訊或教導一切技巧，而成為一個為性負責任的青少年。只有“時間”可以幫得上忙。
- 父母應該讓孩子了解，教養他是出自關懷與保護，而不是不信任他。不要害怕孩子有罪咎感，只要確信孩子知道，問題不在性行為本身，而是發生性行為的時機。

不成熟的青少年(女)——

1. 青少年不是缺乏資訊，而是缺乏判斷力(5)

- 研究青少年大腦的專家們，都提醒我們，青少年需要社會鷹架——約束、支持與保護，還有最重要的是，成年人的規則和行為可以為青少年提供監督與安全網。
- 家長應該跟在旁邊，扮演類似發展完全的大腦前額葉的角色，投入參與在你的青少年孩子所面臨的堅難決定之中，即使他們抗拒。
- 青少年不是迷你版的成年人，不要把青少年留下獨自面對困難的處境。

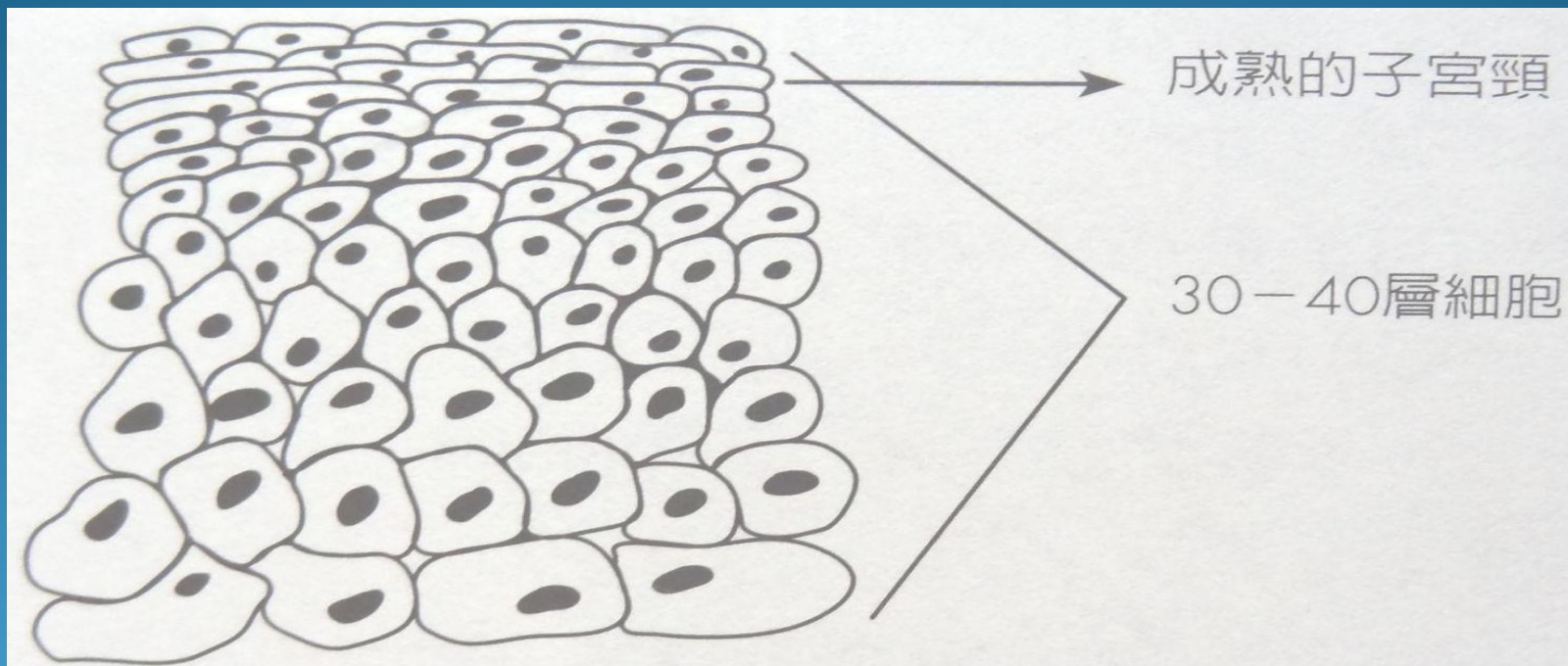
不成熟的青少年(女)——

2. 青少年的子宮頸尚未發展完全⁽¹⁾

- 20歲以下的女孩因為子宮頸尚未發育成熟，最容易遭受性傳染病嚴重的攻擊。
- 成人的子宮頸受到20-30層細胞的保護，而青少年的子宮頸有個核心部位叫做轉化區，這裡的細胞厚度僅僅只有一層而已。轉化區在青春期的範圍是最大的，性傳染病病毒攻擊的目標就是那裡。

不成熟的青少年(女)——

2. 青少年的子宮頸尚未發展完全(2)



不成熟的青少年(女)——

2. 青少年的子宮頸尚未發展完全(3)

- 青少年的子宮頸辨識以及處理危險入侵者的警備力量也比較薄弱
- 女性荷爾蒙可能會助長HPV的破壞力，也可能會妨礙體內警備力量的行動。
- 口服避孕藥可能因為會擴大轉化區而助長了感染。

不成熟的青少年(女)——

2. 青少年的子宮頸尚未發展完全⁽⁴⁾

- 目前已經證實，服用同時含有雌激素和黃體素的避孕要達八到十年的女性，得到子宮頸癌的風險較高。
- 性交會加速成熟發育的過程，快速增值時，細胞過勞，容易被HPV侵佔，若性交感染性傳染病，異常細胞更可能被複製繁殖。
- 醫學上的考量→延後性行為！

關於性傳染病——

1. 關於性傳染病的事實 (1)

- 任何性「探索」都冒著感染兩打以上不同的細菌、病毒、寄生蟲和黴菌的危險，感染非常可能會在初次性行為之後發生。有一些是無法治癒的病毒感染，其中一種是通常會致命的愛滋病毒：HIV
- 得到性傳染病時，除了在私處發現發炎和肉疣的折磨外，被診斷出生殖器病毒感染，那是情感的創傷。情感上的打擊才是艱難的部分。

關於性傳染病——

1. 關於性傳染病的事實 (2)

- 醫學上明確的事實是，所有的性傳染病和隨之而來的苦惱，都是百分之百可以避免的。只要一個人延遲發生性行為的年紀，找到另外一個也願意等待的人，然後對彼此忠誠。
- 延遲發生性行為，是唯一可以百分之百避免感染性病和懷孕的方法。

關於性傳染病——

1. 關於性傳染病的事實 (3)

- HPV-人類乳突病毒，是危險性最高的一種病毒，可能導致惡性腫瘤。
- 26%有性經驗的男性有感染過HPV的跡象。
- HPV的DNA存在生殖器官和指甲裡面，這提高了HPV從指甲到生殖器接觸傳染的可能性。(體外性交，相互手淫…都有可能傳染)

關於性傳染病——

1. 關於性傳染病的事實 (4)

- 披衣菌攻擊的目標是輸卵管，治療不一定能清除所有的感染，有可能會復發。感染披衣菌的婦女較容易罹患子宮頸癌。
- 披衣菌很危險，可以在沒有任何症狀跡象的情況下，造成嚴重的傷害，一直到她想懷孕時才發現，然而她纖細的輸卵管已經因為感染造成的疤痕而變窄，或甚至是完全阻塞了（造成不孕或子宮外孕）。

關於性傳染病——

1. 關於性傳染病的事實 (5)

- 除非出現症狀，男性不會做披衣菌的篩檢，結果有一大堆感染的男性在不知情的狀況下傳遞感染。
- 得過披衣菌的人，體內的免疫系統會記住披衣菌的蛋白質為入侵對象。但是受孕的胚胎也會製造一種相似的蛋白質，免疫系統無法分辨這兩種蛋白質的不同，所以也會攻擊胚胎，造成流產。

關於性傳染病——

2. 肛交的危險⁽¹⁾

- 陰道內壁本身的功能就是防止感染

(陰道內酸鹼值低，HIV病毒活躍不起來；分泌的黏液含有對抗HIV的蛋白質；子宮頸內的格蘭罕細胞可以消滅病毒；子宮壁的厚度夠，拉長了病毒要闖入所需跨越的距離……)

- 直腸是消化系統的一部分，其內壁主要功能就是吸收，這裡的PH高，直腸壁的細胞只有一層。直腸的M細胞會把HIV直接運送給淋巴球細胞，讓HIV病毒輕鬆進入身體。

關於性傳染病--

2. 肛交的危險(2)

- 美國國家健康研究院:HIV/AIDS可以透過肛交、陰莖陰道性交，以及口交等性行為傳染，最高的傳染機率是透過肛門的接觸傳染。
- 根據解剖學和生理學的研究分析，肛交所冒的風險估計是陰道性交的至少二十倍以上。
- 肛交可能導致直腸中的組織撕裂出血，使致病的微生物更容易傳染到性伴侶身上。

關於性傳染病--

2. 肛交的危險⁽³⁾

- 排泄物裡面充滿危險的病原體(沙門氏桿菌，志賀氏桿菌，丫米巴原蟲，ABV型肝炎病毒……)，還有其他微生物都可以透過肛交或是口部與肛門的接觸而傳染。
- 肛交的過程中，保險套破裂的機率比其他種類的性交模式要來得更高。

關於性傳染病——

3. 關於保險套的事實 (1)

- 很少人做到” 全程正確” 使用保險套，一般人多半是” 典型用法”，成年人的” 典型用法” 使預防懷孕的機率下降到百分之八十五，再考慮到青少年的各種因素，估計青少年的保險套典型用法，對預防懷孕的成功率會比成年人更低得多。

關於性傳染病——

3. 關於保險套的事實 (2)

- 保險套對於預防HPV的傳染，幾乎沒有效果。
- 性交全程正確使用保險套，防止HIV傳染的最佳防護率約達80%。
- 在某個以”有性行為活動的非裔美國青少年”為對象的研究顯示，即使100%使用保險套，在28個月內還是有五分之一的人感染了披衣菌、淋病，或是滴蟲。

同性戀性行為的高風險——(1)

- 從事同性戀性行為與雙性戀性行為的人，比一般從事異性戀性行為的人，承擔更高的風險。
- 女性如果不是絕對的惟獨異性戀者，就比較可能會與男同性戀者或是男性的雙性戀者發生無防護性行為，這些男性都是高危險群，不只是HIV，還有HPV，疱疹，梅毒和淋病。

同性戀性行為的高風險——(2)

- 在美國感染愛滋病的新患者裡面，其中有高達百分之五十的年齡是在25歲以下，而且男同性戀、女同性戀、雙性戀的青少年，在新的感染者當中佔了相當高的比例。
- 13-24歲之間的同性戀與雙性戀女性，罹患HIV的發生率還是持續升高。
- 高中時期就自我標榜為同性戀者的男孩，使用毒品與酒精的機率比較高，感染性傳染病以及HIV檢測為陽性的肌率也高。

同性戀性行為的高風險——(3)

- 自認為是男同性戀，女同性戀和雙性戀的個別人士，根據報告也有較多的心理健康問題：焦慮、抑鬱、濫用毒品、自殺傾向的比率都比較高。

不能把”自認為是男同性戀，女同性戀和雙性戀的個別人士有較多心理健康問題”的責任都推給異性戀主義者的社會，荷蘭是全世界對性最開放的國家，荷蘭的同性戀者，雙性戀者的心理困擾同樣多過異性戀者。

關於性別認同

性別認同越早，情緒發展越穩定⁽¹⁾

- 青少年時期的發展任務，是堅定且整合的自我認同。
- 困惑和自我懷疑必然會對人造成某種程度的憂慮苦惱。開放的心胸不能作為自我認同發展的目標，長期對自我認同不確定，不可能是健康的事。

關於性別認同——

性別認同越早，情緒發展越穩定(2)

- 對兒童發展專家而言，穩固的自我認同帶給兒童的健康成長。很多青少年對自己的性別認同，體驗過短暫的不安全感，但是常見的不代表就必然是健康的。
- 任何引導青少年的工作，是要支持他們渡過這段不安全的時間，並且警告他們要反對探索。
- 延後發生性行為的時間，（不論是與異性，或同性）會在各方面都獲得益處。

關於性別認同的改變——(1)

- 猶他大學心理學與性別研究副教授，戴愛夢，追蹤將近一百名女同性戀者、雙性戀者和性傾向不明的女性達十年之久，發現：
 1. 女性早期受到女孩吸引，並未成功預測之後人生的女同性戀傾向。
 2. 他們的性別認同特徵事變動的，其中三分之二的人在這項研究期間至少改變過一次性別認同，有三分之一的人改變過兩到三次。認同的改變最常見的是朝向異性戀行為方面轉移的變化。

關於性別認同的改變——(2)

- 對女孩子來說，之所以會意識到同性吸引力，通常是自我質疑之後的後果。（女孩子通常不是因為先感覺到自己受朋友吸引，進而質疑自己的性傾向，他們之所以會感到受朋友的吸引，是因為先質疑自己的性傾向而產生。）
- 所有的女孩子（男孩也是）都會經過一段時期，認為異性很「噁心」，而在這段前青春期的期間及其後，很多女孩都會有一些特別親密的同性友誼。女同性戀關係的起點，通常就來自於這些自在舒適的女性友誼。

關於性別認同的改變——(3)

- 哥倫比亞大學的學者，醫學博是史匹茲，曾經研究過兩百位男女，發現，接受性傾向修正治療的人，絕大多數都回報有顯著的改善。
- 一個受同性吸引的人，他有權知道，他有兩種選擇，一個是接受同性吸引，一個是抗拒同性吸引，他可以選擇自己要走的路。
- 雖然有些人選擇以慾望來定義自己，但也另有人在奮力抵抗那些慾望時，發現了自己是誰。

關於性別認同的改變——(4)

- 絕大部分的人都渴望能建立穩定且彼此委身的關係，但是青少年青少年可能會因為嘗試或體驗同性間的親密行為，影響他的性別認同轉移，持續幾年。
(所以，不要輕易做親密關係的嘗試，不論同性間或異性間)
- 性行為有大風險，尤其是有異性，又有同性的性行為。性行為不必然有助於弄清性別認同。盡可能延後性活動是上策！

關於性別認同的改變——(5)

- 有一種疾病——身體完整性認知失調 (Body Integrity Identity Disorder)，這些人描述，在對自己身體的印象與實質身體之間，有一個扭曲的裂縫。他們的狀況與跨性別者明顯相似。有人推測這是因大腦裡面與建構身體一貫形象有關的區域，發生異常的原故。
- 男孩如果持續且強烈地感到自己是女孩，就像某個有兩條健康的腿卻感覺抑鬱的人一樣，是一種病。目標應該是要幫他解除痛苦。罹患這種病，並不是正常的。

性別天生——(1)

- 性別造成不同的社會行為，與大腦的早期發育有關。
- Y染色體充滿男性特有的DNA單位。從受孕的那一刻起，就有獨特的男性與女性的設計藍圖湧現。
- 男孩的大腦運行軌道，是在受孕之後八週大時就設定好了。

性別天生——(2)

- 男性大腦早在出生之前已存在良久，是根據基因發出的訊息，男性基因命令睪丸生產分泌睪固酮。若沒收到基因的指令，胎兒的大腦成長會朝女性的方向發展。然而在成長的關鍵時刻，睪固酮釋出，發育就會改變。
- 睪固酮會阻止大腦往女性的方向發展，因女性腦有較大的溝通中心與情緒記憶。而睪固酮建立的是男性腦，有充裕空間提供給動作派，攻擊，和性衝動。

性別天生—— (3)

- 加州大學爾灣分校的學習與記憶神經生物學中心，賴瑞卡西爾博士如此報告：X與Y染色體在造成性別差異方面有直接作用。
- 神經生物學認為，男孩選卡車玩具，首先是因為大腦使然，他本來就喜歡動，玩具提供運動的機會。當然，這個傾向可能被社會增強，但是他的男性大腦迴路優先於任何文化信息。

性別天生—— (4)

- 孕期的荷爾蒙設定女孩的大腦神經迴路對養育有興趣，而男孩則喜歡動。因此孩童選擇娃娃或選擇車子，是想玩這些玩具延伸出的對應活動。
- 日本研究者檢視252幅幼兒園小朋友的畫，他們發現女孩的畫與男孩的畫差異明顯。在畫中，男孩畫會動的物體是女孩的20倍，女孩畫裡有花朵或蝴蝶的，是男孩的七倍。
- 走進遊戲場，不管在地球哪個角落，你都會看到男孩與女孩在不一樣的世界裡玩。

延後發生性行為的重要性——

- 越早開始性行為，將來可能有的性伴侶人數就會比較多。
- 性行為開始得早，以及性伴侶人數多，都跟多種負面的人生結果有關聯，包括感染性傳染病的機率較高，在婚外關係中懷孕生子，成為單親媽媽的機率也會提高，婚姻的穩定度會降低，母親與孩子陷入貧困，墮胎的情況增多，憂鬱症也會增多。

給家長的建議——

◆父母應該跟孩子分享⁽¹⁾

- 生命最高的目標不是滿足衝動。人生終究離不開價值而活。性非常嚴肅，單一事件就足以改變孩子一生。
- 成年以後才適合有性經驗，努力保持一生單一的伴侶，越趨近於一越好。”探索”之後跟著來的可能是”懊悔”，只是早或晚而已。”等待”卻是百益而無一害。

給家長的建議——

◆父母應該跟孩子分享(2)

- 你不可能擁有很多性伴侶而不付出代價。
(尤其妳是女性的話)
- 當性牽涉到挑逗慾望和吸引力時，是很危險的。過度誇大性在我們生命中所佔的位置時，是具有破壞力的。然而如果是跟對的人在對的時候發生，性卻是超然而又肯定生命的。

這些是孩子有權聽到的真理，我們也有義務傳達。