親子間的對話與互動，就是性教育最重要的日常

# 本文摘自「親子天下雜誌2018-09-04」 作者：王嘉琪

***很多人以為性教育就是教導認識生理性別、了解性心理發展（如第二性徵、性傾向）與防性侵教育，但芸光兒童與青少年性諮商中心所長王嘉琪認為，親子間的對話與互動，就是性教育最重要的日常，性教育就是關係教育。「親子共讀」就是一個很好建立自在談話的方式，父母與孩子透過閱讀，親子一起在閱讀中共享親密、知識與愉悅。孩子與父母的關係中有足夠愛的連結與支持，並保持溝通管道的暢通，對於孩子在成長的過程當中，遇到任何的狀況，自然的就願意向父母、大人求助。***

很多人以為性教育就是教導認識生理性別、了解性心理發展（如第二性徵、性傾向）與防性侵教育，對我來說，性教育除了這些之外，更重要的是「關係教育」，**保持親子關係溝通管道的暢通，永遠是性教育最重要的基礎**，怎麼說呢？

**性教育就是愛的教育，就是關係教育，**而且從孩子出生的那一刻「關係教育」已經開始。嬰兒有需求的時候滿足他的需求，餓了時候給予食物的餵養、肚子脹氣幫忙塗脹氣膏或拍拍身體安撫、尿布濕幫忙換尿布、害怕時抱起來拍拍，愛耳邊輕聲說「媽媽在這裡」，安撫孩子的情緒。當嬰兒需求被周圍的大人回應，會感受到被愛，對世界有信任。孩子第一個關係就是親子關係，孩子感受到在關係中被愛，以及從關係中增長的安全感，就是性教育最重要的基石，在此時，**父母提供「依附的愛」，孩子對自己感受是被愛、被在乎、覺得世界是可以信任，是安全的。**

**幼兒時期是孩子性啟蒙的階段**

孩子在牙牙學語階段，很多父母都會教孩子認識身體，如：這是你的頭髮、眼睛、鼻子、嘴巴、肩膀、手、肚子、屁股、陰部、大腿與小腿等，這就是性教育的自然開端，但往往比較可惜的是，父母容易略過屁股、陰部等敏感隱私部位。幼兒時期是孩子性啟蒙的階段，在發展中很自然會對自己或周圍大人的身體感到好奇，會自然探索與觸摸，但是當孩子摸臉部、身體其他部位時，大人可能不會有特別反應，可以自在陪伴孩子探索身體，或是當孩子玩自己肚臍的洞洞，也可以自在回應：「這裡是肚臍，要小小力碰」，但是當孩子在探索自己的陰莖、陰部性器官部位時，卻往往聽到大人生氣的說：「這裡不可以碰！（小手已經被打了）」。孩子此時往往不懂為何大人要生氣，打自己手，但是漸漸會學習到不可以摸性器官，大人會生氣。若孩子想要探索性器官，或觸摸覺得舒服、有趣，就會躲起來做，不被大人看見。

**為什麼孩子遇到問題卻不敢開口求助？**

另外，一些常見的親子互動，大人認為自己在跟孩子玩，但是孩子在這些經驗中學習到什麼呢？「爸爸用手指搓兩歲女兒的肚子，逗孩子玩，女兒的身體退縮、扭捏與氣嘟嘟的表情都讓爸爸覺得女兒好可愛，繼續逗弄。女兒因不舒服、不喜歡而說『不要』時，爸爸不但沒有停手，還笑女兒小氣。」爸爸認為他在跟孩子玩，但當孩子因身體感受表達自己的情緒、喜好時，爸爸沒有理會也沒停手，還說女兒小氣。這些常見的日常親子互動，孩子在這樣的經驗中，學習到什麼呢？即便是大人認為這是在玩，氣氛輕鬆，而且我又不會傷害孩子，若成長中，親子互動一次次的出現類似困惑感受：「我不舒服的感覺是不被重視的？」可能會學習到「即使我感到不喜歡，但因為是爸爸（大人）、因為是玩鬧，還是應該忍耐才是對的！我不舒服的感覺是我自己的問題......」或「我感覺應該是錯的，爸爸說我小氣，玩一下又不會怎沒樣，我應該要忍受自己的不舒服，跟大人玩，這樣大人才會喜歡我......」或「我講不舒服、不喜歡，大人根本就不聽，那以後我還是不要講的，講了還要被罵小氣......」。

上述兩個例子，可能都是孩子從幼兒成長中的親子日常互動，若「孩子成長中長期經驗到只要跟『 性 』有關的話題、行為，不要講，會被罵」或是，「自己的感覺不重要，反正大人都只聽自己的話，講出來也沒有用」，漸漸的孩子長大後也會減少跟父母溝通，遇到問題有更無法開口求助。

讀到這裡，家長可能擔心怎麼辦？我好像不知不覺曾經這樣對待孩子，其實，只要你願意改變都不嫌晚。因「親子關係有衝突、有緊張是常態，最重要的是修復關係」。**修復親子關係會重新讓孩子感受到被愛、被在乎，讓你重新與孩子建立安全感、親密感，親子間若有良好的溝通管道，日後，也可以在關係中學習諸多能力，以及需要時願意求助父母。**

在我跟父母工作的經驗中，了解到很多父母害怕孩子在成長的過程當中，受傷了卻不敢跟成人求助；受傷了，自己想辦法解決；受傷了，找同儕幫忙，有時候卻愈幫問題愈複雜。但是，如果這個傷跟性有關呢？像是，不想玩國王遊戲但無法拒絕、被嘲笑胸部大不舒服不知道怎麼回應、不知道如何拒絕他人追求、告白被拒絕很難受、擔心不同意對方要求觸摸隱私部位會被討厭、意外懷孕......等。

家長發現孩子受傷卻不說的當下，往往帶著難過、生氣或是擔心的情緒問孩子：「你怎麼都不跟我說呢？」「你要說出來，我才知道怎麼幫你啊？」內心困惑為何孩子選擇自己獨自面對？更自責沒有在孩子需要時陪他一起面對。其實，這些例子當中，孩子需要擁有很多能力，像是：「覺察自己感受」、「相信自己感受是對的，值得被看重」、「傾聽他人感受，尊重他人」、「表達感受與溝通」、「拒絕他人與接受拒絕」、「安頓自己情緒」與「求助能力」等能力，才能面對成長中、在關係中出現的各種議題，因性上面的傷往往是侵犯界限所造成的，而這些能力是孩子從小跟父母互動中，一次次學習、建構的。

**透過「親子共讀」培養暢通的溝通管道**

親子間的對話與互動，就是性教育最重要的日常，性教育就是關係教育。**「親子共讀」就是一個很好建立自在談話的方式，父母與孩子透過閱讀，親子一起在閱讀中共享親密、知識與愉悅。**孩子與父母的關係中有足夠愛的連結與支持，並保持溝通管道的暢通，對於孩子在成長的過程當中，遇到任何的狀況，自然的就願意向父母、大人求助。願每個孩子，在成長中，都有一個值得信任大人陪伴他度過生命中各種挑戰。