

媽咪囡囡悄悄話



女兒

與異性約會

我約了同學一起去圖書館找資料做報告 Ok?

是上次那個男生嗎？
無問題，不要太晚回家便可！
你跟他似乎頗熟，每次也是跟他一起。
他為人不錯吧？下次做報告可以請他來家討論，媽咪也想認識他呀！

主動分享



媽媽

適當引導



媽媽

跟異性朋友交往，可以學習兩性相處之道，媽媽也很贊成。
不過，要定好彼此間的親密界線，以免引起誤會。媽媽樂意解答你的疑問，也對你有信心！



保持良好溝通，
適當地表達家長期望或憂慮



資源介紹

論盡性好奇 -
131個青少年
最想知道的
性常識

針對青少年心性成長及性疑惑，提供較全面的答案作參考，鼓勵青少年正面討論，健康談性。



快樂成長
性教育圖書：
喜歡的感覺

本故事藉着津津和小陶的經歷，帶出如何正面面對成長，學習認識自己、兩性相處及人際交往的健康態度。

活動及資源館地址：香港灣仔軒尼詩道130號修頓中心8樓

家計會性教育專頁：<http://www.famplan.org.hk/sexedu>

教學車停泊地點：<http://bit.ly/fpateenbean>

查詢電話：2919 7793

立即掃描
登入網頁



香港家庭計劃指導會
The Family Planning Association of Hong Kong

與子女共渡 青春期

從掌舵者到領航者

青春期子女反叛又難教？
協助子女分析選擇的利弊，
嘗試在安全範圍內讓他們自主，
保持體諒及尊重，父母與子女都可順利過渡！



兩仔爺慢慢傾

對異性好奇

選美姐姐都是穿最吸引



兒子

接納並教導



爸爸

是嗎？對異性產生好奇很自然，但選美姐姐是因為比賽要求才會穿，平日一般都不會這樣暴露身體的！
每個人都要保護自己的身體，不要隨便被人觀看或撫摸私隱部位，我們亦要尊重他人的私隱。

鼓勵及引領



爸爸

交朋結友時，我們常常會先留意他人的外表，但對方的個性也同樣重要，因為一段愉快的關係，往往取決於雙方的相處，而非外表呢！爸爸鼓勵你多參與團體活動，了解誰是值得交心的朋友。



接納並了解子女想法，
引導他們建立兩性尊重概念



與青春子女談性的原則！

尊重體諒

- 尊重每個子女的獨特性
- 不控制，別強迫，保持親子溝通
- 不胡亂批評子女的朋友，多了解青少年的「次文化」

開放態度

- 放下權威，真心聆聽
- 適當時分享經驗
- 可清楚表達自己的價值觀及作出引導，宜逐漸減少控制
- 留意傳媒的性訊息，借助傳媒例子主動提點

兒童心性發展

特徵 1

- 要求私人時間空間，如自己洗澡
- 早熟的女孩子可能出現月經

6至9歲兒童期

特徵 2

- 對異性未感興趣，愛跟同性朋友一起
- 易受他人、傳媒影響，接觸更多性訊息

特徵 3

- 生殖器官成熟，女孩開始月經/排卵；男孩開始製造精子
- 受友群及傳媒影響更深

9至12歲青春初期

特徵 4

- 不敢肯定自己，喜歡與朋輩互相比較，常擔憂「我是否正常？」

家長需要

1 建立互信

讓子女感覺家庭有互信互愛的關係，一同準備青春期的來臨。

2 裝備知識

教導子女正確性知識：如生命的起源，幫助子女發展性別角色。

3 學會接受

協助子女理解性反應與性感受，建立負責任的性態度。

4 學習面對

讓子女認識青春期的生理和心理變化，適應面對朋輩、傳媒的壓力。

第二性徵



身高、體重增加



油脂分泌增加，長出暗瘡



乳房發育



長出陰毛



生殖器官成長

長出鬍鬚

喉結

臀部變寬

骨骼肌肉發達

體型比較圓渾