

在家学习： 为父母和看护人提供的有关第二 阶段学习的理念



当您的孩子在上小学五至七年级时，我们说他们处于第二个学习阶段。对某些孩子来说，这一阶段的学习可能更早，也可能更迟。在校学习将会涉及到**人际关系、保证安全、成长、他们的身体和受孕、怀孕、出生，以及成为父母/看护人**等话题。这是我们的健康和福祉学习的一部分，叫做**人际关系、性健康及父母预备教育**。

您是孩子的第一位老师，也是最重要的一位。您的孩子在学校的同时，父母/看护人也有机会与教职工一起合作来帮助孩子学习。在接下来的几页中，我们将探索您可能如何来支持孩子的学习，这里还引用了一些其他父母被问及他们做了哪些来支持孩子学习时的想法。

了解人际关系

您可以在家里做这些事情——这其中有些内容是显而易见的，您每天都会在做这些事情，在此提及只是因为这些确实能支持我们的在校学习。

- **我们都是独一无二的！**当您与孩子聊天，跟孩子一起玩的时候，提醒您的孩子，他们有多么重要、多么特别。聊一聊他们擅长做的所有事情，以及您爱他们的哪些方面。您也可以让他们思考一下，是什么让他们的兄弟姐妹、堂/表兄弟姐妹或朋友独一无二而又特别。
- **交朋友和有朋友。**这个年龄阶段的孩子开始变得越来越独立，而且友谊对他们来说也变得更为重要。这也意味着“争执”变得更为常见。在家里，您可以鼓励孩子对他人友好、仁慈，并尽自己最大努力不要卷入争执。然而，当孩子与一位朋友出现问题时，您也可以花时间交谈，帮助他们想出解决问题的最佳方式——这可能包括找校内某人交谈，看我们是否也能提供帮助。
- **作为一个男孩或一个女孩。**在学校，我们鼓励孩子们对自己是谁感到满意，鼓励他们成为自己想要成为的男孩或女孩。在学校里，我们会公平地对待所有孩子。在家里，您可以鼓励孩子成为自己想成为的人，在家分担任务，并帮助他们学习去尊重其他孩子，不论是谁。
- **恋爱关系。**这个年龄阶段的孩子可能已经感到有一些压力得有个男朋友或女朋友。您也许已经听到别人问您的孩子：**有没有男朋友/女朋友啦？**这可能会妨碍男孩和女孩之间仅仅是成为朋友。在学校，我们承认青春期的早期阶段意味着孩子们可能开始对他人产生感情，这当然没有问题，但是我们最好能够在学校和家里帮助他们，孩子就是孩子，彼此一起玩耍，一起开心，没有恋爱关系的压力。我们在学校了解恋爱关系时，是为了帮助孩子建立自信，去憧憬等他们再长大一些，准备好开始一段感情时，这种关系应当是与尊重并关爱他们的某个人建立的。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“跟我女儿聊了聊友谊的话题。我感觉以她们的视角来谈友谊会有所帮助并与她们的朋友相关。也谈到她可能经历问题的一些情形，有什么可能会为她处理问题带来帮助。”

“他跟女孩子们非常友好，并且说‘她不是我的女朋友！’”

“少女们有许多压力，关于体重的一些东西、短裙子。而男孩子们，他们的行为得有男子汉气概，以男人的方式说话。”

“在学校，态度和经历都开始了。你得跟他聊一聊。我想要他说一说友谊并学习如何管理经历。帮助塑造他将成为什么样的人。我想要他走上正确的道路。”

了解保证安全

在这个年龄，学习的一个重要方面是帮助孩子们保证安全，认识并信任他们的感受，记得在需要交谈和帮助时可以去找谁。在家里，您可以考虑做这样一些事情：

- **社交媒体以及保证安全和机敏上网。**这个年龄的孩子们可能会上网较多、做作业、与朋友聊天、玩游戏或者看YouTube视频。在家里，您可以聊一聊在网上就好像是在一个地方，而且无论你在哪里，你需要保证并感到安全。您可以帮助孩子了解哪些信息不宜分享，以及如果看到或听到令他们受挫的内容时可以来找你。当我们在学校学习这一方面的时候，我们会告诉您并建议一些您和您孩子可以一起看的内容，以帮助您的家庭学习安全上网。
- **感到安全和不安全。**这个年龄的孩子们能够在帮助下认识、理解并信任他们的感受。我们可以帮助孩子们认识到自己身体的感受（如紧张时的肚子）以及脑子里的感受（当你感觉到有什么不对劲时）。您可以跟孩子聊一聊他们的感受，他们在紧张、不高兴、担忧或害怕时有什么样的感受。
- **可能发生在一个孩子身上的不同类型的虐待和忽视。**我们都希望给孩子们最好的，让他们无忧无虑。在学校，我们会学习有关虐待的问题，这可能是身体伤害、性虐待或忽视。我们这么做是因为想要孩子们了解这些事情是错误的，而且如果发生了这些情况，孩子决不能成为被责怪的对象。在家里看电视或读书时，可能会出现这类情形的例子——您可以跟孩子聊一聊，帮助他们理解每一个孩子都有权保护自己并得到关心。
- **我们所说的“同意”的意思。**“同意”是指获得某人的许可去做某事。了解“同意”的概念将帮助孩子们理解，他们是自己身体的主人。我们会在学校学习有关同意的话题时，与您分享一些信息，但基本上在家的学习也可以是鼓励孩子们对某事征求许可，并且不论是否得到许可，都能理解和接受。
- **他们可以从哪里获得帮助和支持。**您不仅是孩子最重要的第一位老师，而且也是他们最重要的支持者。在学校，我们会鼓励孩子们去思考值得他们信任的成年人，并且能在他们有问题或担忧时去找的人——您也可以在家里这么做。您可以鼓励孩子谈一谈他们在学校里喜欢和信任的成年人。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我觉得，我自己的理解不足以确保我所做的能够帮助保证孩子的安全。”

“孩子们在玩平板电脑，他们想要上Facebook，因为他们的小伙伴们都在那上面。你一进房间，他们就关闭网页，你可能就在另一个房间里，但却不知道他们在干什么。”

“我跟他聊了聊有关欺负行为的话题，让他理解自己想要如何被对待以及他应该如何对待他人。”

“我教导她什么是对的，什么是错的，应当以她想要别人如何对待自己的方式来对待他人。”

了解成长和身体

等到孩子们上小学高年级时，他们的身体会发生一些变化——他们飞快地长大。在家里，您将会遇到诸如孩子想要隐私、变得更加独立以及青春期的早期变化（包括身体变化和强烈的情绪）等情况。

在家里学习这些内容时，我们想要您考虑所谓的机会教育（即可教学时刻）。这是指有些时候我们并未刻意计划学习，而某些刚刚发生的事情却为我们提供了帮助孩子学习的机会。这里提供了几个观点。

- **隐私和“我的身体属于我！”** 当您的孩子去上厕所、游泳或洗澡时，可以借此机会鼓励他们去思考哪些是隐私部位。除非您不得不去帮忙，否则孩子们可以开始独立地去做一些事情。在家里也许有很多时间您都可以提醒孩子，他们是自己身体的主人，孩子们能学到被触碰是他们的选择，没有人可以触摸或询问他们的隐私部位。
- **男孩和女孩在成长期间身体上将如何变化。** 在学校，这意味着学习有关青春期的知识，包括情绪如何变化。所有孩子都将学习了解身体上的变化，比如他/她们的毛发、皮肤、身形、胸部、气味、月经、勃起和梦遗等。我们将会谈到个人卫生。我们理解，在家里谈到某些事情可能会有一点儿尴尬，但在学校，我们将会以实际情况来讲述。这些都是基本的人类发展，发生在我们每一个人的身上！
- **什么是“发生性行为”以及关于避孕和避孕套的知识。** 当我们在学校里谈到性的时候，将会以最基本的方式解释。我们会学到性是成人恋爱关系的一部分。正如您将会知道的，我们这么做是因为孩子们会问到这方面的相关问题。我们还会解释什么是避孕和避孕套，这也是因为孩子们会听到这些事情，但我们想要让他们掌握重要而准确的基本信息。我们会在进行这方面教育之前与您分享学习活动，让您可以考虑如何在家里跟孩子谈论这方面的话题。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我们只是在有时机出现时才会谈到这方面的事。”

“他们问起这些问题，你就得坦诚相告，比如他们身体上的毛发，我们想要他们为这些变化而感到高兴。他们是不同的一代人，你需要给他们讲。”

“对于生殖器的名称，我们在家里总是很开放，不给他们讲儿童用语。我们谈到他的阴茎勃起时会发生什么以及为什么会发生。我们坦诚地给他答疑，但会以适合他年龄的方式回答。”

“从决定要更多的孩子到怀孕和出生，我女儿都一路相伴，所以对此了解很多！”

了解受孕、怀孕、出生，以及成为父母/看护人

在学校，孩子们会学习生命是如何创造的，了解怀孕及出生。当他们年龄较小时，我们会用动植物来讲解，然后过渡到讲解人类的生命。我们这么做是因为孩子们都很好奇，都很想知道，因此最好是简单明了地告诉他们。此处提供了一些想法，让您可以在家中谈论和学习。这里有一些非常棒的书籍，可以有助于这些对话。请查看推荐书目如下。

- **婴儿是怎么来的？** 在学校，我们会用描述性和受孕的简单术语讲解婴儿是怎么来的。我们在上这节课之前，会与您共享课程演示文稿以及我们要使用的词语，以便您能够在家中支持这部分的学习。
- **怀孕。** 在学校，我们会谈到婴儿是如何在妈妈的子宫内生长的。在家里或在大家庭中或与朋友在一起时，都会有机会让孩子们遇到孕妇并与其交谈；他们会很好奇、很着迷，想要了解更多！家里如果有孕妇、有新出生的弟弟妹妹或表/堂弟妹，都是了解整个孕期发展的好机会。
- **婴儿是怎么出生的？** 在学校，孩子们会了解到婴儿准备好出生，从子宫下来并自妈妈的阴道出来。在家里，您可以聊一聊孩子的出生，或是他们兄弟姊妹的出生。您也许还有一些以前的照片可以给他们看。
- **成为父母并思考他们以后会成为什么样的父母。** 尽管孩子们还很年幼，但是在学校我们想要他们了解一个孩子要健康、快乐并且安全所需要的一切。学习如何为人父母帮助孩子们理解这项工作是如此的重要。您可以用个人经历来帮助孩子学习，帮他们了解和认识您为他们所做的一切，从他们还是婴儿开始一直到现在年纪。

这里摘录了一些其他父母所说的话：

“我们问他们，我们做父母做得怎么样。比如有什么需要改变的？他们有权发出自己的声音。我们想要孩子们理解如何成为好的父母，所以他们不能完全自由，不能过分要求。他们知道如何端正举止，他们是懂礼貌的。”

“当有机会出现时，比如谈到我是如何生孩子的以及创造一个宝宝涉及到

哪些，我在谈话中总是很坦率、很积极——当然，以适合孩子年龄的方式来讲述。”

聆听和谈心的重要性

有时候，您只是需要有正确的场合和正确的时机。在那些时刻，您会注意到孩子表现出的一种情绪，也许他们看起来像是想要告诉你什么或者需要问你什么，或许问题就突然出现了。毫无疑问，为人父母有时是很难的。但如果您可以做到，随时支持一次谈话、一个游戏，或者在睡觉之前给孩子讲故事。

“有问题就需要聊一聊。他知道他可以找我或是另一个家庭成员——我告诉他，没有什么话题是不能聊的。”

一起阅读的书籍

下面提到的这些书，我们学校里有一些，其他的书您也可以从当地图书馆借阅——如果图书馆里没有，那么他们有可能会为您订购。好好享受阅读的乐趣吧！

Stories for boys who dare to be different

Ben Brooks (ISBN 978-1-78747-198-6) (《敢于与众不同的男孩们的故事》，作者：Ben Brooks)

那些改变了世界的令人吃惊的男孩们（成长为名人或不太著名的人）的真实故事。

Goodnight stories for rebel girls

Elena Favilli and Francesca Cavallo (ISBN 978-0-141-98600-5) (《给叛逆女孩们的晚安故事》，作者：Elena Favilli 和 Francesca Cavallo)

世界各地英勇女性的故事（有些著名，有些不太著名）。

What's Happening to Me? (Girls Edition) (Facts of Life)

Susan Meredith ISBN-10: 9780746069950 (《我身上发生了什么？》(女生版)(生命知识)，作者：Susan Meredith)

这本书是关于女性青春期的一个敏感而详尽的教育指南，为9岁以上的少女们及其父母提供了宝贵的信息，涉及从这一时期身体上的变化到各种实际问题等关键话题，该书极具趣味性、易于理解并有权威性。

What's Happening to Me? (Boys Edition) (Facts of Life)

Alex Frith (ISBN 9780746076637) (《我身上发生了什么？》(男生版)(生命知识)，作者：Alex Frith)

这是一本适合9岁以上男孩们的学习用书，书中解答了他们的诸多疑问并帮助缓解身体变化给他们带来的忧虑。

It's perfectly normal

Robie E. Harris and Michael Emberley (ISBN 978-0-763-62610-5) (《这完全正常》，作者：Robie E. Harris 和 Michael Emberley)

这本书适合10岁以上儿童阅读，主要涉及身体的变化、成长、性和性健康。

Usborne facts of Life: Growing up

Susan Meredith (ISBN 0-7460-3142-4) (《Usborne的生命知识：成长》，作者：Susan Meredith)

我这是怎么了？为什么我的身体在变化？为什么我感觉不一样？一本关于青春期、身体变化和性的书。

Personal Hygiene? What's that got to do with me?

Pat Crissey (ISBN 978-1-84310-796-5) (《个人卫生：这跟我有什么关系？》，作者：Pat Crissey)

这本书主要介绍个人卫生，讲授了主要技能并建立起良好的生活习惯——从龙的口气到脏脏的手指甲，再到发臭的胳肢窝，涉及到个人卫生的方方面面。

Let's Talk about Sex

Robie E. Harris (ISBN 978-1-84428-174-9) (《让我们来聊一聊性》，作者：Robie E. Harris)

这本书向青春期前的孩子和青少年讲述他们需要了解的性知识。实事求是，诙谐幽默。