

ผลกระทบทางจิตวิทยาต่อวัยรุ่นจากการขาดเพศศึกษาในครอบครัวและการสร้างใหม่ของการศึกษานิรภัย:
การวิจัยเชิงคุณภาพบนพื้นฐานของออโต้เอธโนกราฟีเชิงวิพากษ์

The Psychological Impact of the Lack of Sex Education in the Family of Origin on
Adolescents and the Reconstruction of Safety Education: A Qualitative Study Based on
Critical Autoethnography

原生家庭性教育缺失对青少年心理的影响及安全教育重构
——基于批判性自我民族志的质性研究

เหอ ซินเคอ He Xinke 何欣珂¹

ถัง ฮุยเหวิน Tang Hui-Wen 唐蕙文²

บทคัดย่อ

ภายใต้บริบทของความล่าช้าทางวัฒนธรรมซึ่งรูปแบบการดำรงชีวิตแบบดิจิทัลดำรงอยู่ควบคู่กับค่านิยมครอบครัวแบบดั้งเดิมตามบทบาททางสังคมครอบครัวควรเป็นพื้นที่แรกในการขัดเกลาเรื่องเพศให้แก่เยาวชนอย่างไรก็ตามการขาดบทบาทของครอบครัวในการให้ความรู้และการอบรมด้านเพศศึกษาได้กลายเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่อาจนำไปสู่วิกฤตด้านสุขภาวะทางจิตของเยาวชน

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้กรอบวิธีวิจัยแบบอัตชาติพันธุ์เชิงวิพากษ์โดยอาศัยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ถูกสัมภาษณ์ซึ่งมีอายุระหว่าง 18–30 ปีการเก็บรวบรวมข้อมูลมุ่งเน้นให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ทบทวนและถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิตของตนเองเกี่ยวกับการเติบโตในครอบครัวที่ขาดการให้ความรู้หรือการขัดเกลาทางเพศเพื่อสำรวจผลกระทบระยะยาวที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาการทางจิตใจของบุคคล

จากการวิจัยพบว่ารูปแบบการขัดเกลาทางเพศในครอบครัวที่ปรากฏในลักษณะของความเยี่ยงนังการหลีกเลี่ยงการสื่อสารหรือการใช้การข่มขู่ส่งผลให้เยาวชนเกิดกระบวนการตอบสนองทางจิตใจที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับ กระบวนการเผชิญความสูญเสีย 5 ขั้นตอนนอกจากนี้การขาดการขัดเกลาทางเพศยังแสดงให้เห็นถึงรูปแบบผลกระทบทางจิตใจที่แตกต่างกันตามเพศกล่าวคือเยาวชนเพศชายมีแนวโน้มเรียนรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศผ่านสื่อลามกทางอินเทอร์เน็ตด้วยตนเองโดยปราศจากการชี้แนะซึ่งมักมาพร้อมกับ

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาการจัดการการศึกษา(หลักสูตรนานาชาติ) วิทยาลัยนานาชาติไทย-จีน เพื่อการจัดการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย, Master's degree student in Master of Education (Education Management), Thai-Chinese International School of Management, University of the Thai Chamber of Commerce, 泰国商会大学泰-中国际管理学院教育管理硕士研究生

² วิทยาลัยนานาชาติไทย-จีนเพื่อการจัดการ, มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย,มหาวิทยาลัยหมิงจวน ,Thai-Chinese International School of Management, University of the Thai Chamber of Commerce, Ming Chuan University, 泰-中国际管理学院, 泰国商会大学, 铭传大学

ภาวะการแยกตัวทางอารมณ์ขณะที่เยาวชนเพศหญิงมีแนวโน้มเผชิญกับความอับอายหรือความไม่มั่นใจต่อร่างกายของตนเองรวมถึงภาวะความแปลกแยกทางการรับรู้และความบอบช้ำด้านความผูกพันทางอารมณ์

จากข้อค้นพบดังกล่าววิทยานิพนธ์ฉบับนี้จึงได้นำเสนอแนวทางในการปรับโครงสร้างการให้การศึกษา ด้านความปลอดภัยทางเพศโดยเปลี่ยนจากแนวทางที่เน้นการควบคุมผ่านการข่มขู่และการกีดกันไปสู่แนวทางการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและศักยภาพของบุคคล(empowermentbasedapproach)นอกจากนี้ยังเสนอให้มีการพัฒนาระบบสนับสนุนแบบบูรณาการระหว่างครอบครัวโรงเรียนและสังคมเพื่อป้องกันและลดการถ่ายทอดบาดแผลทางจิตใจจากรุ่นสู่รุ่น

คำสำคัญ: ครอบครัวต้นกำเนิด; การขาดการขัดเกลาเรื่องเพศศึกษา; การศึกษาเชิงอัตชีวชาติพันธุ์วรรณนา; สุขภาพจิตเยาวชน; การขัดเกลาเรื่องเพศศึกษาแบบครอบคลุม; การถ่ายทอดข้ามรุ่น

Abstract

Against the backdrop of a cultural divide where digital existence coexists with traditional family values, the structural absence of the primary family's role as the primary venue for sexual socialization has become a significant risk factor for psychological crises among adolescents. Adopting a critical auto-ethnographic paradigm, this study explores the delayed impact of the lack of sex education in the primary family on individual psychological development through a retrospective examination of the researcher's life course and in-depth interviews with 10 young adults (aged 18–30). The findings reveal that sexual silence and intimidating education within the family of origin lead individuals to undergo a psychological evolution process resembling the five stages of grief. This deficiency exhibits gender-differentiated pathological characteristics: males tend to engage in reckless growth and emotional detachment through online pornography, while females are more prone to bodily shame, cognitive alienation, and attachment damage. This paper proposes a strategy to reconstruct safety education by shifting from intimidating isolation to immune-based empowerment, and recommends establishing a collaborative support system involving families, schools, and society to interrupt the intergenerational transmission of trauma.

Keywords: family of origin; lack of sex education; autoethnography; adolescent psychology; comprehensive sex education; intergenerational transmission

摘要

在数字化生存与传统家庭观念并存的文化堕距背景下，原生家庭作为性社会化的首要场所，其功能的结构性缺位已成为青少年心理危机的重要风险因素。本研究采用批判性自我民族志范式，通过研究者生命历程回溯及对 10 名青年（18-30 岁）的深度访谈，探究原生家庭性教育缺失对个体心理发展的延宕影响。研究发现，原生家庭的性沉默与恐吓式教育导致个体经历类似哀伤五阶段的心理演变过程。该缺失呈现性别差异化的病理特征：男性倾向于通过网络色情进行野蛮生长与情感隔离；女性则更易产生身体羞耻、认知异化及依恋损伤。本文提出从恐吓式隔离转向免疫式赋能的安全教育重构策略，建议构建家庭-学校-社会协同支持系统，以阻断创伤的代际传递。

关键词：原生家庭；性教育缺失；自我民族志；青少年心理；全面性教育；代际传递

1. 问题的提出

1.1 研究背景：数字化生存与家庭性教育的文化堕距

在以移动互联网与人工智能为特征的液态现代性社会中（Bauman, 2000），青少年的成长场域发生了根本性重构。对于出生于 21 世纪初的 Z 世代及其后的 α 世代而言，互联网不再仅仅是获取信息的工具，而是其社会化生存的基础土壤。然而，这种高度开放的信息环境与原生家庭内部相对保守的性教育观念之间，形成了显著的文化堕距。

美国社会学家奥格本（Ogburn, 1922）的文化堕距理论在此具象化为一种剧烈的代际冲突：物质文化（网络技术与性信息的获取便捷性）的变迁速度，远远超越了非物质文化（家庭性伦理观念与教育能力）的适应速度。一方面，互联网信息的无差别渗透彻底打破了传统社会中成人对性知识的垄断权。中国互联网络信息中心（2023）的数据显示，我国未成年人互联网普及率已接近饱和，短视频、网络小说及社交媒体成为青少年获取性信息的主要渠道。然而，由算法推荐主导的性认知图式往往充斥着商业化、碎片化甚至暴力化的内容。

另一方面，作为青少年性社会化第一把关人的原生家庭，在这一巨变面前表现出明显的滞后性与适应性焦虑。受传统儒家文化非礼勿视、非礼勿听的深层集体潜意识影响，中国家长在面对数字化时代的性信息洪流时，往往陷入一种悖论式的应对模式：既恐惧网络不良信息对子女的侵蚀，又缺乏与子女公开讨论性的话语体系与心理脱敏机制。这种数字时代的无限开放与家庭场域的传统缄默之间的剧烈张力，导致了青少年在性价值观形成的关键期处于极度撕裂的认知环境中。

1.2 制度困境：家校社责任链条中的家庭功能性失灵

在现代教育治理体系中，家庭、学校和社会被视为支撑青少年健康成长的三大支柱。尽管国家层面已通过立法手段不断强化性教育的合法性——《中华人民共和国未成年人保护法》（2020 年修订）第十五条首次明确规定学校应对未成年人开展适龄性教育，《家庭教育促进法》（2021）亦强调家长在身心健康引导中的主体责任——但实际执行中家校社三方的责任链条长期处于隐性的断裂状态，其中家庭环节的功能性失灵尤为突出。

长期以来，我国性教育陷入一种推诿型困境。家长普遍持有专业主义迷思，认为性教育专业性强、敏感度高，应完全由学校承担；而学校受限于升学压力、课时安排以及潜在的舆论风险，

往往采取浅尝辄止的策略，侧重于生物学层面的生殖健康知识，而对于心理层面的情感互动、性道德与自我保护等内容涉猎甚少。这种认知错位导致了一个危险的真空地带——谁都在管，但谁都没有真正管。

特别是针对本研究关注的 12-25 岁这一跨越青春期末至成年初显期的长周期群体，原生家庭的教育缺位呈现出显著的阶段性病理特征，可概括为三重三轻：重禁止，轻疏导——面对子女萌发的亲密关系需求，家长往往采取高压管控而非引导；重生理，轻心理——即便有少部分家长愿意谈性，也多局限于生理护理而极少涉及性自尊、性同意等心理建构维度；重事后，轻事前——家庭教育往往呈现被动触发模式，只有当子女遭遇问题后家长才被迫介入。

1.3 研究问题与研究意义

现有临床心理学实践与实证研究表明，性教育的匮乏与扭曲正深度参与个体人格障碍、情绪障碍及创伤后应激障碍的病理机制构建 (Fredrickson & Roberts, 1997)。这种影响具有潜伏性与延宕性，其危害往往在个体成年后处理复杂社会关系时才集中爆发。

基于上述背景，本研究的核心问题设定为：原生家庭性教育的结构性缺失与功能性失调，如何通过特定的心理中介机制，重构了个体从青春期末至成年初显期的性心理健康轨迹？围绕这一总问题，本研究进一步分解为三个子问题：第一，在青春期末（12-15 岁），家庭的沉默或污名化反应如何被个体内化，形成扭曲的身体意象与初始性羞耻感？第二，在青春期中期（16-18 岁），重禁止、轻疏导的威权模式与性同意教育的缺位产生了怎样的心理后果？第三，当个体进入成年初显期（18-25 岁）后，原生家庭性教育的长期缺失呈现怎样的滞后效应？

本研究的理论意义在于：构建本土化的家庭-性-心理互动模型，突破西方理论的文化适用性局限；拓展成年初显期心理发展研究的视域，阐释性心理发展的延宕效应；揭示性无知向心理病理转化的中介机制。实践意义在于：为教育行政部门制定家校社协同育人政策提供实证依据；赋能家庭教育主体，破解家长不敢谈、不会谈的实践困境；推动创伤知情教育模式的落地。

2. 文献综述与理论基础

2.1 理论基础

2.1.1 生态系统理论

布朗芬布伦纳 (Bronfenbrenner, 1979) 的生态系统理论强调，个体发展是个体与环境系统相互作用的结果。在本研究中，该理论为理解原生家庭性教育缺失提供了解剖学视角。微系统中的功能性阻断表现为：当性话题出现时，家庭内部的信息流动被强制切断。中系统的协作失效表现为学校与家庭之间存在推诿效应。宏系统与微系统的文化堕距表现为：互联网构建的开放数字环境与原生家庭坚守的传统保守场域之间的剧烈冲突，导致青少年承受着巨大的认知失调。

2.1.2 家庭系统理论

鲍温 (Bowen, 1978) 的家庭系统理论精准解释了家庭内部的病理机制。自我分化指个体将理智与情感区分开来的能力。低分化的家长无法处理性所引发的焦虑情绪，当子女提出性问题或表现出性成熟特征时，他们本能地采取三角化或情感截断策略，而非理智地进行教育引导。此外，多代传递过程揭示了家庭性教育缺失的代际遗传性——当前的父母本身就是性盲环境中长大的，这种匮乏通过家庭微观互动无意识地传递给下一代。

2.1.3 性脚本理论与客体化理论

加格农和西蒙 (Gagnon & Simon, 1973) 提出的性脚本理论认为，人类的性行为并非本能驱动，而是依据社会赋予的脚本演出，分为文化脚本、人际脚本和心理脚本三个层次。原生家庭性

教育缺失的本质是未能给子女提供健康的人际脚本。当家庭脚本缺位时，青少年被迫从网络色情或同伴传闻中习得替代性脚本，这些脚本往往包含扭曲的性别权力逻辑。

弗雷德里克森和罗伯茨（Fredrickson & Roberts, 1997）的客体化理论指出，社会文化常将身体视为供他人观看和评价的客体。本研究认为，原生家庭性教育的缺失加剧了家庭内的客体化——当父母对青春期子女的身体发育表现出回避、遮掩甚至厌恶时，实际上是在剥夺子女对自己身体的主体感，导致持续的身体羞耻感，这是导致抑郁、进食障碍及性功能障碍的直接前因。

2.1.4 成年初显期理论

阿奈特（Arnett, 2000）提出的成年初显期（18-25 岁）概念为本研究的回溯性设计提供了理论依据。这一阶段是个体从依赖走向独立的过渡期，也是性身份确立的核心时期。对于原生家庭性教育缺失的个体而言，这一时期充满了延迟性危机——他们需要在没有导航图的情况下穿越性关系的迷雾。该阶段的特征自我关注与感觉介于两者之间，这使得受访者具备了足够的认知能力去反思原生家庭的影响。

理论来源	核心概念	在本研究中的应用
生态系统理论 (Bronfenbrenner, 1979)	微系统、中系统、宏系统	解释家庭功能阻断、家校协作失效、数字环境与传统文化的文化冲突
家庭系统理论 (Bowen, 1978)	自我分化、三角化、多代传递	解释家长焦虑应对机制、性教育缺失的代际遗传
性脚本理论 (Gagnon & Simon, 1973)	文化脚本、人际脚本、心理脚本	解释家庭脚本缺位后青少年从替代渠道习得扭曲脚本
客体化理论 (Fredrickson & Roberts, 1997)	自我客体化、身体羞耻	解释家庭内客体化导致的身体主体感丧失与羞耻感内化
成年初显期理论 (Arnett, 2000)	身份探索、不稳定性、自我关注	为回溯性研究设计提供依据，解释延迟性危机

注：本表整合了本研究所采用的主要理论框架及其在研究中的具体应用。

表 1 本研究的理论框架整合

2.2 研究现状与研究空白

西方发达国家对家庭性教育的研究已跨越单纯的防病防孕阶段。联合国教科文组织（UNESCO, 2018）提出的全面性教育框架确立了主流地位，强调赋能与积极发展。近期研究（Goldfarb & Lieberman, 2021）将重点放在性别平等、性愉悦的正面接纳以及数字时代的媒介素养上。

相较于国际前沿，国内相关研究起步较晚且受困于生物医学模式。潘绥铭与黄盈盈（2013）的调查指出，中国家长的性教育内容高度集中于青春期生理卫生，被称为无性之性教育——抽离了情感、欲望与人际互动。黄盈盈（2017）进一步指出，中国家庭性教育的根本困境在于话语缺失，在儒家文化差序格局中，沉默本身被视为一种维持家庭权威的策略。

现有文献存在三个明显的断裂带，构成本研究的切入点：第一，研究视角侧重横断面而忽视纵向回溯——鲜有研究采用成年初显期回溯视角考察缺失如何在十年后的生活中回响；第二，影响维度侧重生理/行为而忽视心理/意义——缺乏对性羞耻感、身体疏离感等深层心理图式的质性探究；第三，文化情境上西方理论与中国经验存在错位——需要解释中国式家庭特有的隐性控制与反向教育如何运作。

3. 研究设计与方法

3.1 研究范式与方法选择

本研究立足于社会建构主义研究范式，采用批判性自我民族志作为核心方法论。自我民族志是一种将研究者的个人经验置于文化背景中进行书写与分析的质性研究方法（Ellis, 2004; Chang, 2008）。本研究认同 Ellis 的观点：如果你深入挖掘自己的经历，直到触及痛苦的根基，你就会发现这种经历具有普遍性。

选择自我民族志的方法论适切性在于：第一，突破防御机制——在耻感文化中，受访者面对外部访谈者时往往会启动防御机制进行印象管理，而自我民族志允许研究者在私密空间内诚实面对最难以启齿的瞬间；第二，纵向生命历程的完整性——没有任何一个外部受访者能像研究者自己一样拥有对生命全过程的上帝视角，自我民族志能最完整地串联起因与果的心理机制演变轨迹。

为避免自我民族志陷入自说自话的陷阱，本研究采用我与他人互证的设计——核心研究对象为研究者本人，辅助研究对象为 10 名具有相似成长背景的受访者，以检验个人经验的可迁移性。

3.2 研究对象

核心研究对象为研究者本人（28 岁，女性，城市独生子女，硕士在读），成长于典型的知性分离家庭——父母均为受过高等教育的知识分子，但在性教育议题上呈现绝对的回避与保守。完整经历了从青春期对身体发育的极度恐慌，到大学时期亲密关系探索的受阻，再到通过学术反思寻求自我疗愈的全过程。

辅助研究对象通过目的性抽样和滚雪球抽样选取了 10 名受访者（6 男 4 女，18-30 岁）。受访者信息详见表 2。

编号	化名	性别	年龄	核心经历特征	应对/后果模式
1	M	男	28	依靠网络色情启蒙，性癖羞耻	迷茫与自我厌恶
2	C	男	25	父母失语，靠书本构建认知，情感隔离	理性化/自我导航
3	K	男	30	寄宿制同伴传播，因女友去世进入亚文化圈层	亚文化代偿/生存主义
4	L	男	26	父亲负面榜样，形成绝对独立机制	独立防御/情感断裂
5	P	男	27	将安全视为唯一信仰，持性别双标	功利主义/风险管控
6	Z	男	25	父母保守，网络野蛮生长，渴望阻断代际传递	代际反思/重建者
7	葡萄	女	23	情感忽视，遭网络性猎捕，性爱认知异化	依恋损伤/讨好型
8	艳艳	女	29	遭熟人长期侵害，因不信任父母而沉默	习得性无助/创伤固化
9	冬儿	女	24	母亲回避导致身体认知焦虑，恋爱关系破裂	身体羞耻/关系退缩
10	A	女	24	母亲恐吓式教育，因无知导致感染性病	生理创伤/觉醒重构

注：所有受访者均使用化名，并模糊处理可能暴露身份的特征。

表 2 受访者基本信息

3.3 数据收集与分析

数据收集采用三角化策略以增强研究的信度与效度：第一，系统性记忆挖掘——基于 Chang (2008) 的指导，按照时间轴框架（12-15 岁、16-18 岁、19-25 岁）进行分阶段意识流写作，重点捕捉具有顿悟时刻性质的关键事件；第二，个人档案回溯——系统搜集私人日记、数字足迹等过往档案以校准记忆偏差；第三，半结构化深度访谈——针对 10 名受访者采用共情式倾听，通过情境性问题引导回忆，访谈总时长约 15 小时。

数据分析采用 Anderson (2006) 的分析性自我民族志策略，使用 NVivo 12 软件进行三级编码：一级编码（开放式编码）对原始文本逐行扫描，提取本土概念；二级编码（主轴编码）将一级编码归类，形成理论类属（如家庭互动模式、心理内化后果、应对策略）；三级编码（选择性编码）提炼核心主题与隐喻。研究质量控制采用 Richardson (2000) 的结晶化策略，从多个角度折射同一事件。

3.4 伦理考量

由于本研究涉及性、创伤及家庭隐私等高度敏感议题，伦理保护是研究设计的底线。所有受访者均签署知情同意书，强调过程同意原则——受访者在访谈任何阶段可暂停或终止，无需解释理由。使用化名并模糊处理可能暴露身份的具体地名、学校名或职业特征。遵循最小伤害原则，当受访者流露强烈负面情绪时立即停止追问，转为情感支持并提供心理援助资源信息。

4. 研究发现

4.1 研究者的生命叙事

12 岁月经初潮时，研究者独自蜷缩在卫生间，因缺乏知识而误以为身患绝症——脑海中浮现的不是生理课本的知识，而是电视剧里身患绝症口吐鲜血的主角。母亲的反应不是情感支持，而是快速教授卫生巾使用方法并强调处理干净，别弄脏床单，这是女孩正常的现象。这种反应构建了研究者对性和身体的最初图式：它是隐晦的、无需讨论的、带着麻烦属性的任务，导致产生深刻的身体疏离感——觉得身体不是自己的，它是一个会流血、会制造麻烦的机器。

在 16 至 18 岁的关键阶段，研究者对性的所有认知并非来自父母引导，而是来源于家中书柜角落一本布满灰尘的医书。在这个家里，性是房间里的大象，是绝对的禁忌。正是这种教育真空和安全边界意识的匮乏，导致研究者在幼年至青春期遭受来自熟人的性侵犯时，因缺乏概念框架而无法识别和表达——我不知道那个行为叫性侵，我只觉得不舒服，觉得恶心。但我不敢说，因为在家里，身体的话题是羞耻的。

当成年后向父母揭开这段经历时，研究者遭受了典型的二次受害——父亲的第一反应是质疑和否认：这不可能，那是看着你长大的哥哥。如果是真的，为什么你当时不说？这种反应揭示了中国传统家庭在性暴力面前的典型防御机制：受害者有罪论与由性羞耻感引发的集体否认。在他们的认知里，维护家族面子和亲戚关系的和谐，远比探究女儿的痛苦重要。

4.2 男性受访者的叙事模式：野蛮生长与情感隔离

6 位男性受访者的叙事呈现野蛮生长与情感隔离特征。受访者 M (28 岁) 是典型的互联网原住民，在面对青春期遗精和性冲动时，父母选择了彻底的失语。M 表示：父母从来没有跟我谈及过这个话题……反而是我后来到社会上慢慢摸索出来的。我看了网上的说法，还有那些小说、影视作品……说白了就是路走歪了……我知道我的性癖可能有些特殊，那时候觉得这事儿特别龌龊，觉得自己脏。当正规教育渠道堵塞时，色情内容趁虚而入，导致认知偏差与长期的自我厌恶。

受访者 L (26 岁)、C (25 岁)、P (27 岁) 展现出一种为应对家庭功能失灵而发展出的超理性防御机制。L 面对酗酒且不负责任的父亲，发展出绝对不依赖家庭的生存策略：有问题绝不找父母。如果在青春期遇到这种事，我肯定自己解决，绝不会告诉他们。C 通过阅读完成自我启蒙，但与父母的关系呈现温和的断裂。P 将安全奉为唯一信仰，并表现出性别双标：如果我有女儿，我肯定严防死守；如果是儿子，那就无所谓。这是原生家庭焦虑的代际投射。

受访者 K (30 岁) 的案例揭示了性教育缺失如何与丧失创伤发生化学反应。他的性启蒙源于寄宿学校的同伴目击，是一种完全去家庭化的野蛮生长。在 19 岁女友因车祸去世后，K 进入 BDSM 亚文化圈层：我需要一种极致的、可控的强烈感受。现实中我无法掌控生死，但在游戏规则里，我可以掌控一切。这是一种悲壮的生存主义——既然没人教他如何处理爱与痛，他就用身体去撞击边界。

受访者 Z (25 岁) 虽同样生长在保守家庭，却展现出强烈的反思能力与重建意愿：我不指望孩子长成什么样，但我希望他在受伤时能第一时间想到我。我会建立一个信任圈，在这个圈子里，他是安全的，我是可以信任的。Z 代表了希望，他试图将缺失转化为未来的资源。

4.3 女性受访者的叙事模式：向内攻击与依恋损伤

4 位女性受访者的故事呈现向内攻击特征。受访者葡萄 (23 岁) 遭遇了典型的网络性诱骗：我是个沉默的小孩，爸妈不太喜欢我，也没防备心理。13 岁的时候，我在网上认识了一个比我年长的人稀里糊涂就被骗了，发生了关系。那时候我觉得，确立了亲密关系就必须要有性。悲剧根源在于家庭内部的双重真空：既没有性安全知识的教育，也没有情感关注的滋养。她将性视为换取爱的筹码，是原生家庭情感忽视带来的惨痛代价。

受访者艳艳 (29 岁) 的案例触及熟人作案的隐秘痛点：那是认识的亲戚。那时候不敢说，也不知道怎么说，就是选择藏在心里……那个时候的心态就是觉得父母不会相信我说的话。她的沉默基于对家庭权力结构的敏锐洞察——在传统代际关系中，孩子的话语权是微弱的。直到姐姐去世后事情被揭开，母亲的态度是：你为什么当初不说？艳艳稍微释怀了一点，但代价太大了。

受访者冬儿 (24 岁) 代表了绝大多数普通女孩的经历——没有剧烈的创伤，只有漫长的、钝刀子割肉般的回避。她表示：我妈对这种问题很回避，她说你长大了自己就知道了。后来我第一次看到白带，以为自己得病了，特别害怕。因为不懂，我很害怕发生关系……那个男生觉得我不喜欢他，然后我们就分手了。这种心理阻滞直接导致了因性恐惧引发的关系破裂。

受访者 A (24 岁) 的经历最具生理警示性。家庭教育充满矛盾：母亲将月经正常化却将性妖魔化。A 表示：家里从未给过我避孕套，只告诉我保护自己，但这四个字是空洞的。在一段与年长男性的关系中，因为无知和顺从，我感染了 HPV 和尖锐湿疣。发现身体长出异物的那一刻，恐惧和羞耻将我淹没。身体的病痛成为她迟到的成人礼，A 从无知者转变为反思者，发誓要在未来给女儿提供最详尽的保护措施。

4.4 跨案例主题提炼：哀伤五阶段模型

通过对 11 个生命叙事的深描分析，本研究发现个体面对家庭性教育缺失的心理演变轨迹契合库伯勒-罗斯 (Kubler-Ross, 1969) 的哀伤五阶段模型。但这并非对肉体死亡的哀悼，而是对安全感丧失、身体自主权被剥夺以及与原生家庭情感连接断裂的漫长哀悼。各阶段的具体特征详见表 3。

阶段	现象描述	心理机制
否认	家庭与个体共同构建无性的乌托邦，父母通过沉默否认孩子性发育的现实	去性化与解离防御——孩子启动解离以规避羞耻感
愤怒	当个体通过外部参照系意识到无知是人为造成时，压抑的困惑转化为愤怒	全能感的破灭与归责——愤怒指向父母的保守与学校的缺位
讨价还价	个体试图通过非主流方式建立自己的性秩序，进行绝望的交易	控制感转移——知识代偿、行为代偿、情感代偿三种模式
抑郁	当意识到野蛮生长的代价无法挽回时，能量从向外寻找转为向内攻击	羞耻感的毒性内化——认为我这个人本身就是错的/脏的
接受	承认匮乏已成事实，并决定以此为基点重建自我	主体性重塑与升华——去罪化、代际阻断的行动力

注：本模型基于 Kübler-Ross (1969) 的哀伤五阶段理论，结合本研究的实证发现进行本土化改造。

表 3 原生家庭性教育缺失的心理演变：哀伤五阶段模型

值得注意的是，该缺失在不同性别上呈现差异化的病理表现。男性受访者更倾向于向外探索——通过网络色情、亚文化圈层或极端理性化进行野蛮生长与情感隔离，形成生存主义的防御机制。女性受访者则更多表现为向内攻击——产生身体羞耻、认知异化及依恋损伤，面临被性猎捕或遭受熟人侵害后无法求助的风险。

5. 讨论与建议

5.1 理论贡献

本研究的理论贡献体现在三方面。第一，构建了本土化的家庭-性-心理互动模型。中国家庭深受儒家文化耻感机制与差序格局影响（费孝通，2008），性话题与孝道、权威及家族面子纠缠，呈现独特的缄默特征，与强调个人主义与开放沟通的西方语境存在本质差异。本研究通过深入剖析中国原生家庭中独特的隐性教育和反向教育，构建了融合儒家文化心理学与现代性教育理念的本土化解释模型。

第二，拓展了成年初显期心理发展研究的视域。通过回溯性生命历程视角，本研究论证了青春期家庭性教育的缺失并非过去时，而是通过认知图式的固化持续影响成年初显期的心理适应，揭示了早期家庭养育环境对成年后心理健康的延宕效应（Elder, 1998）。这将性教育研究的时间维度从横断面现状延伸至纵向生命史。

第三，揭示了性无知向心理病理转化的中介机制。本研究通过质性深描，捕捉到性教育缺失如何通过身体羞耻感、性认知偏差、依恋不安全感等中介变量转化为具体的心理健康问题（如焦虑、抑郁、PTSD），为理解青少年心理困扰提供了新的病因学视角。

5.2 实践建议：从恐吓式隔离到免疫式赋能

基于研究发现，本文提出从恐吓式隔离转向免疫式赋能的安全教育重构策略。具体建议分为家庭、学校和个体三个层面，详见表 4。

层面	核心策略	具体措施
家庭	建立可谈论的家庭场域	打破神秘感：性教育应渗透在日常生活中；以共情替代说教：对孩子的生理变化表达积极接纳
家庭	修正性别双标	对男孩教育尊重与同意；对女孩教育身体主权与赋权
家庭	重建安全基地	向孩子传递核心信念：无论发生什么，家永远是你的退路，而不是审判庭
学校	推进全面性教育(CSE)	课程内容超越生殖健康，涵盖社会性别讨论、亲密关系与暴力识别、媒介素养
学校	建立校园安全网	培训教师识别学生异常心理状态；严格执行侵害未成年人案件强制报告制度
个体	自我养育策略	认知重构：通过科学资源重新学习；叙事疗法：通过书写整合创伤记忆

注：CSE = Comprehensive Sexuality Education，全面性教育。

表 4 安全教育重构策略框架

5.3 研究局限与未来方向

本研究存在以下局限：第一，样本的阶层局限——受访者多为受过高等教育的城市青年，属于有能力发出声音的幸存者，未能触及农村留守儿童或低学历群体的生存状态；第二，记忆的重构性——回溯性研究依赖记忆，受访者声称青春期毫无困惑既可能是事实，也可能是成年后为维护自尊而进行的潜意识修饰，本研究记录的是心理真实而非绝对的历史真实；第三，主观卷入的风险——作为局内人的研究者，情感卷入可能影响分析的客观距离感，虽然通过反身性进行了控制，但完全的主观剥离既不可能也不符合自我民族志的初衷。

未来研究可关注以下方向：第一，随着时代变迁，下一代面临的性教育环境正从信息匮乏转向信息过载，当色情内容通过算法精准推送给未成年人时，家庭性教育的手对手从沉默转向算法围猎，研究重点应从如何获取知识转向如何筛选信息；第二，随着生成式 AI 和元宇宙发展，青少年的性探索对象可能转向虚拟 AI 伴侣，这种去肉体化的亲密关系将如何重塑人类的情感连接，是未来性教育研究需要面对的前沿伦理问题。

6. 结论

本研究通过批判性自我民族志的深描与多样本口述史的互证，揭示了一个被长期忽视的社会心理事实：原生家庭性教育的缺失绝非仅是知识的空白，而是对成长中个体构成的隐性创伤。个体面对这一缺失的心理演变呈现类似哀伤五阶段的特征——从否认、愤怒、讨价还价、抑郁到最终的接受与重建。该缺失在不同性别上呈现差异化的病理表现：男性倾向于野蛮生长与情感隔离；女性更易产生身体羞耻、认知异化及依恋损伤。

研究发现强调，性教育的本质不是单纯的知识灌输，而是情感连接的建立与人格底线的塑造。为阻断创伤的代际传递，需要在家庭、学校、社会及个体层面进行系统性重构，从恐吓式隔离转向免疫式赋能，构建协同支持系统。只有当孩子确信求助不会招致羞辱或责打，他们才敢在险情发生的初期向父母发出求救信号。

最后，本研究本身即是一种接受与重建的实践——将私人的痛苦转化为公共的学术知识。愿这篇生命叙事能告诉每一个在黑暗中摸索的孩子：你的身体属于你，你的边界是神圣的；也警示每一位父母：请不要让沉默成为与孩子之间的高墙，爱是开口说话，爱是看见，爱是保护。

参考文献

费孝通. (2008). *乡土中国*. 人民出版社.

黄盈盈. (2017). “性”的研究：中国社会学 30 年. *社会学研究*, (5), 190-213.

潘绥铭, 黄盈盈. (2013). *性之变：21 世纪中国人的性生活*. 中国人民大学出版社.

全国人民代表大会常务委员会. (2020). 中华人民共和国未成年人保护法.

全国人民代表大会常务委员会. (2021). 中华人民共和国家庭教育促进法.

中国互联网络信息中心. (2023). 全国未成年人互联网使用情况研究报告.

Anderson, L. (2006). Analytic autoethnography. *Journal of Contemporary Ethnography*, 35(4), 373-395. <https://doi.org/10.1177/0891241605280449>

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>

Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Polity Press.

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Chang, H. (2008). *Autoethnography as method*. Left Coast Press.

Elder, G. H., Jr. (1998). The life course as developmental theory. *Child Development*, 69(1), 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1998.tb06128.x>

Ellis, C. (2004). *The ethnographic I: A methodological novel about autoethnography*. AltaMira Press.

Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks.

Psychology of Women Quarterly, 21(2), 173-206.

<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>

- Gagnon, J. H., & Simon, W. (1973). *Sexual conduct: The social sources of human sexuality*. Aldine.
- Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three decades of research: The case for comprehensive sex education. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 13-27. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036>
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. Macmillan.
- Ogburn, W. F. (1922). *Social change with respect to culture and original nature*. B.W. Huebsch.
- Richardson, L. (2000). *Writing: A method of inquiry*. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 923-948). Sage.
- UNESCO. (2018). *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach (Rev. ed.)*. UNESCO.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770>