

性教育：感悟《我的身体界限》

（在第二届广东省心理教师专业能力大赛的教学展示 10 分钟环节上中，我感受最深的是要：**把握需求，贴紧热点……**）

性教育，是一个不可避免又具有挑战性的话题。性教育的任何内容都从认知、情绪情感和意志行为三个方位讨论，不仅仅传授学生正确的知识，而且同时也让学生讨论他们自己的观点与态度，并建立正确的社会交往行为。因此，在课程设计上我的思路是：活动体验——情绪引发——观念认知改变。

有用

身体界限这个主题其实不新鲜，但最近社会上发生的一系列引发轰动的性侵儿童事件；一部刚上映并获奖的电影《嘉年华》；同学间相互打闹触碰生殖器官行为引发的矛盾；这些真实的事件触动着我，也触动着学生。预防性骚扰、自我保护等显得比其他心理内容更重要和迫切。针对学生真实的需求和成长的困惑，捕捉时代热点，是我开展课程设计的一个重要方向。



有趣

如何自然科学地跟学生谈“性”是我设计时首要考虑的问题。因此，在本节课的开始会有一个课堂规则的澄清，如在敏感话题中觉得不舒服的可以提出来、用科学的态度坦诚认真的讨论相关的话题等。

教具的使用。课堂上一个合适比例的娃娃帮助我能很自然地演示很多关于身体界线的问题，也避免了找真人演练的尴尬。当然，如果有性别不一样的娃娃，我想效果会更好。

在热身活动中，握手、拍肩和摸耳垂这些动作的完成度是不一样的，这个不一样的体验能很快引发学生发现和思考“身体界线”这个问题。

热身游戏



两两同学为一组，尽可能完成以下动作。

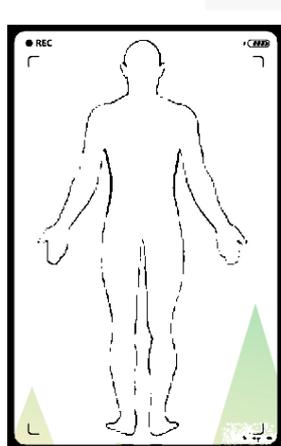


有所思

不仅是学生有所思，而且上课的老师也要有所思，并自己的正确科学观念传递给学生。

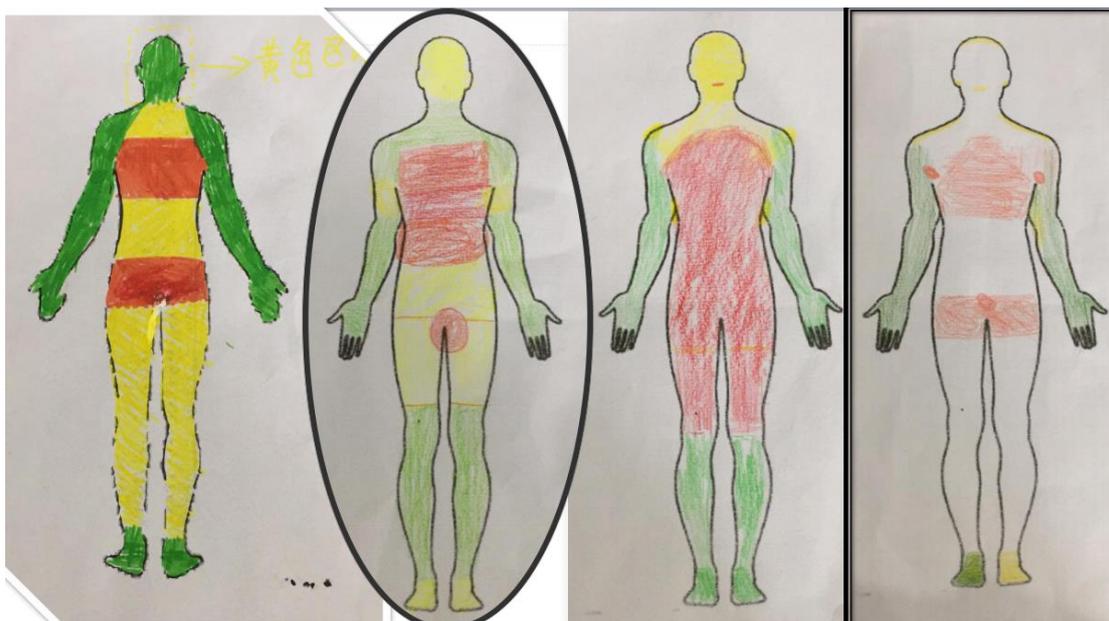
在小组进行“身体彩绘”时，一方面同学用类似于交通灯的红、黄和绿三种颜色，很直观地建立并明确自己的身体界线，另一方面也在讨论和冲突中发现身体界线的差异性。

身体彩绘



在人体轮廓图上用**红、黄、绿**3种颜色填涂在对应的区域。

- **红色**：禁区，其他人不能触碰
- **黄色**：敏感区，只允许亲近的人触碰，其他人触碰要拉响警报。
- **绿色**：公开区，一般人都可触碰。



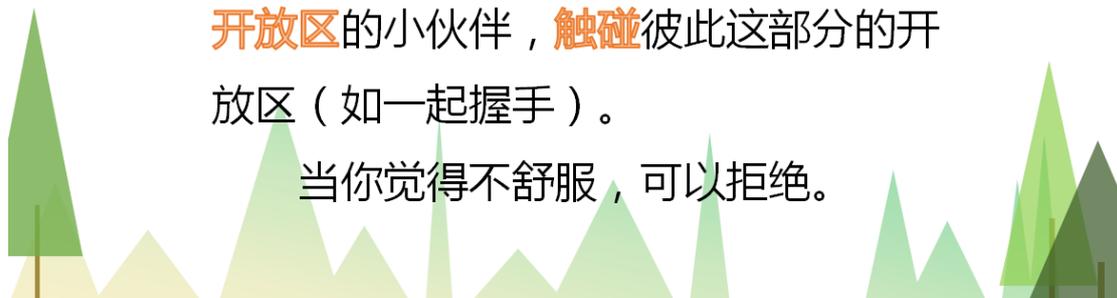
接下来的“开放区对对碰”活动，创设实际的身体接触情境，引导学生发现身体界线的具体差异（性别、亲密度、年龄、文化、特殊情况等），懂得尊重他人的界线。

开放区对对碰



在3分钟内，尽可能多地**寻找共同开放区**的小伙伴，**触碰**彼此这部分开放区（如一起握手）。

当你觉得不舒服，可以拒绝。



心语：



➤ **尊重别人的身体界限。**

（性别、文化背景、年龄、熟悉亲密度、特殊情况……）

➤ **被触碰，我会区分是故意还是不小心的。**

（集体活动、拥挤的公共场所……）

诚然这节课还有许多需要改善的地方，我也有很多需要成长的地方。借用荣格的一句话跟各位小伙伴共勉：尽你所能学好理论，当接触到生命的奇迹时就应当把它忘记……。广东省心理教师专业能力大赛结束了，我的学习与成长还在继续，心育路上有你真好！

名师风采



罗蕴琪，毕业于广州大学心理系，心理一级教师，国家咨询师二级，广东省心理健康 A 证，顺德区优秀心理督导小组组长，顺德伦教街道德育研究工作室成员，现任职于佛山顺德伦教汇贤中学，从事初中心理专职教育教学 7 年。获得广东省第二届心理教师能力大赛初中组一等奖和教学展示单项奖。论文发表在《心理与行为研究》和《心理与健康》等专业杂志上，多次承担区级、街道级和校级公开课，积极参与课题研究和开展心育类校本课程。