

生长和发育，13岁至17岁—父母需要知道的事情

人的发育是一个生理上、行为上、认知上和情感上成长和变化的终生过程。在人生的早期阶段——从婴幼儿期到儿童期，从儿童期到青少年期，再从青少年期到成年期——都有巨大的变化发生。在这个过程中，每个人都在发展那些能够对选择、人际关系和认知/理解提供指引的态度和价值观。

性功能也是一个终生过程。婴幼儿、儿童、青少年以及成人都是具有性功能的人。就像促进孩子的生理、情感和认知的发育是非常重要的，为他/她的性发育打下基础也是非常重要的。成年人有责任帮助年轻人理解并接受他们正在发育的性功能。

每个发展阶段都包含特定的标志。以下发育指引适用于这个年龄组的大多数年轻人。然而，每个青少年都是一个独立个体，并有可能比其他同龄人早一些或晚一些到达这个发展阶段。当孩子某一发育产生疑问时，父母或其他看护者应该向医生或其他青少年发育专家咨询。

生理发育

大多数13岁到17岁的青少年将会：

- 大多数13岁到17岁的青少年将会

认知发展

大多数13岁到17岁的青少年将会：

- 达到认知的成熟期—具备了根据备选项及相应后果的知识进行决策的能力
- 继续被同伴影响 [在青春期早期之后，来自同伴的压力强度会减弱]
- 具备了各种技能而变得能够自立
- 虽然还会被媒体信息影响，但是具备了越来越强的信息分析能力
- 与朋友和家人建立了越来越成熟的关系
- 寻求更大的支配他们自己生活的权利
- 学习驾驶，从而加强了他们的独立性

情感发展

大多数13岁到17岁的青少年将会：

- 如果具备了发展这种关系的基础—信任、正面的过往经验，以及对爱的理解，他们将有能力建立长期、互相的、和健康的关系
- 理解他们自己的感受，并有能力去分析为什么他们会有这样感受
- 开始把价值更多地放在内在个性上，而较少的放在外表上

性发育

大多数13岁到17岁的青少年将会：

- 理解他们是有性需求的，并理解关于性表达的不同方式及其后果
- 可能采取包括或不包括性交的方式来表现他们的性
- 识别出健康的和不健康的关系的组成部分
- 对性交导致的怀孕、艾滋病毒和其他性病感染及其可能后果有了清楚的认识，并具备了在现有知识的基础上，做出涉及性的合理选择的能力
- 认识到媒体在传播性观点方面所扮演的角色
- 具备了解亲密的、相爱的、持久的关系的能力

- 对自己的性取向有了一定认识[这与性行为是有区别的]

家庭应该怎样做来培养性健康的青少年

为了帮助 13 到 17 岁的青少年发展成性健康的青少年，家庭应该：

- 清楚地表达您的家庭以及宗教对性交的价值观。告诉他们尽管性是愉悦的，但年轻人应该等到他们处于一个成熟的、相爱的、以及负责任的关系中时，再开始性生活。
- 告诉他们，我们有多种多样的方式来体验亲密感和表达爱意。
- 一起讨论那些被您和您孩子认为应属于性交决策的构成因素：包括年龄、双方同意、保护措施、避孕工具的使用、爱、亲密程度等。
- 在提供给他们作决策所依赖的信息时，要强调青少年的决策能力。
- 讨论避孕方式的选择，并谈论使用安全套的重要性。讨论未加保护的性交发生后，青少年应做的选择——包括紧急避孕以及性传播疾病(STI)测试和治疗。如果怀孕了，讨论青少年可做的选择，包括流产/堕胎、抚养以及送人收养。
- 讨论性虐待行为，以及为什么它是不健康的，而且（在某种情况下）是非法的。帮助青少年识别各种肢体和语言反应，从而避免/摆脱让他们感到不舒服的性处境。
- 承认并让青少年知道未来有多种人生选择，有些人可能会结婚并/或为人父母，而另一些可能会选择单身并/或不要孩子。
- 使用包容性语言，认识到有些青少年可能是男同性恋、女同性恋、双性恋或跨性别者。
- 谈论促进健康的两性关系的因素。
- 帮助青少年谈论、建立他们的关系，并从中学习。