

## 习近平家语

规定制定出来后，大家都要学习贯彻，特别是领导干部身边的工作人员要学习贯彻。有些事情往往是身边工作人员提要求，把它作为一种待遇、一种权利来提要求，好像不那么搞就交代不过去了，弄得大

家无所适从。管好身边工作人员，这也是一条，而且是很重要的一条。

《在中央政治局会议上关于改进工作作风、密切联系群众的讲话》(2012年12月4日)

## 家视界

### 福州“05后”高中女生组建团队开展“同伴”性教育

# 打破传统禁忌，做自己很酷

中国妇女报全媒体记者 吴军华  
李青雯

今年暑期，一群以女生为主的在校学生，在福建省福州市烟台山举办了性教育主题展览。她们将这次展览命名为——“选择‘性教育’”，旨在告诉大家，“我们可以选择自己想要的性教育，可以自由说爱、大方谈性。”

展览中，她们用文字发出反抗陈旧观念的声音；用性教育双色球、性知识贴纸和留言板让参观者了解什么是全面性教育；用红色字体以及各式各样的经期用品来反抗月经羞耻；用文字和图片科普各种不同的避孕方式和纠正对避孕的误解。在留言板上，参观者同样也留下了他们的声音——“让我穿爱穿的衣服”“不要让世俗的眼光限制你的热爱”“做自己，就很酷”。这场展览观展者达1000人次以上，全网浏览量超600万人次。

“希望能鼓舞更多人从身边开始，实践人人都能做的性教育。”这场展览的发起人是福州市一所高中的“05后”女生幽兰(化名)，她于去年12月创立了性教育团队TOUGH YOUTH(以下简称TY)，现在核心团队有13人，其中女生11人。团队致力于开展“同伴”性教育，主要面向青少年进行性与性别问题的解答、知识科普及相关活动开展。

### 决心成为一名性教育工作者

“从小到大，我们一直尽量避免和‘性’挂上关系。大多数人不敢让别人知道自己会好奇这方面的知识，偶尔谈到也会用各种代称，不好意思直说。不自觉间，就有了一种‘性’是很负面的、很羞耻的观念。”幽兰袒露心声。

幽兰认为，问题的关键在于去羞耻化。当我们对一个自然存在的事物产生羞耻，这种羞耻可能会造成我们对自身的厌恶，或者是对他人的指责，还包括一些利用这种羞耻而进行的伤害。而当一个观念在人们的认知里固化到一定程度时，就会被传递下去。该怎么去羞耻化？她觉得，首先是谈论它，当一个人公开谈性时，她(他)对身边人的观念影响可以是非常大的。

幽兰最初关注到与性教育相关的话题是在2020年。当时“鲍毓明案”在网络上引起轩然大波，人们纷纷站出来，讲述自己遭遇性暴力或性别暴力的经历，鼓励其他人在遇到相关事情时勇敢反抗。种种声音让幽兰揪心不已。

“有朋友告诉我，我们身边也有这样的事。我想，我应该做些什么来改变这一切。”幽兰沉重地说，有男生性骚扰了女生，却没有受到任何责罚；有的家庭重男轻女，对弟弟宠爱有加，对姐姐却时时苛责；有人因为“很娘”受到校园暴力，也有女生被称作“女汉子”……

此后，幽兰的目光开始投向性教育，她更多地关注和学习性别研究，并下定决心要成为一名性教育工作者。

在开展性教育的过程中，幽兰发现大多感兴趣、愿意参与进来的学生都是女生，她们中绝大部分都或多或少有过不愉快的经历。“女生总是被长辈告诫要保护好自己，但如果只教女孩子怎么保护自己并



幽兰(左一)和参与办展的伙伴们合影留念。图片由幽兰提供

不够。”幽兰谈到，身边男生的性知识大多来源于色情影视作品、视频书籍，这种存在于虚构作品中的两性关系，可能导致男生们对“性”产生比较轻浮的态度。

### 希望青少年大方谈“性”

今年2月，幽兰及团队对数十位志愿者进行访谈，形成了五万余字的访谈记录，并在校园内外开展大范围的问卷调查，了解大家的性知识现状、接受过的性教育及希望接受怎样的性教育。

参与人数和调查结果让幽兰很吃惊：“大家普遍了解的性知识都停留在月经、遗精这样很基础的生理方面。”更令人意外的是，色情制品竟然是学生最主要的性知识来源。超过90%的学生表示，希望获得更科学全面的性教育，这让幽兰坚定了初衷。“数据显示，中国青少年艾滋病感染者在过去几年里呈增长趋势。更为丰富、深入的性教育课对青少年是很有必要的。”幽兰说。

基于校园调研，幽兰团队发现，性知识的缺乏，让很多同学面对校园性骚扰时不知道该怎么办？今年3月，团队又设立了“TY性里话”栏目，以问答的方式了解与解决青少年的困惑，为青少年打造一个开放包容、大方谈性的安全空间。当一封封书信“飞”向团队，成员们对来信做出解答，并将回答的结果定期更新在公众号中，希望有类似困惑的青少年能够看到并对“性”有更科学的了解。

今年5月，幽兰开始尝试将性教育活动开展到校园。她在自己班上举办了一场特别班会，主题是《真的可以色色吗？》。她还设计了一个互动环节，让大家在黑板上写下“当谈到性，你会想到什么？”许多同学都写了伴性遗传、隐性基因等颇具学术性的答案。接着她科普了“人为什么会谈性欲、性幻想、性行为有误解”

“为什么不建议高中阶段发生性行为”“关于自慰”等内容。

与同学们积极、热情的反馈相比，老师更多的是紧张和担忧。老师后来解释说，一方面是担心内容超前，同时觉得幽兰作为高中生，知识相对没有那么专业和权威。另一方面，则担心她一个女生讲这些，会被其他同学议论、开玩笑。

“但是，在这次班会上，同学们热烈的掌声与专注的眼神给了我们莫大的鼓励。”幽兰表示，越来越多的同龄人开始向我们倾诉他们关于“性”的烦恼和疑问，还有学生希望在自己身边也开展这样的活动。

在今年的学校五四嘉年华上，TY团队还摆出了性教育小摊，发放名片和问卷，当这场活动被分享到网络上，浏览量迅速飙升，获得了很多转发、点赞和鼓励。

今年6月底至7月20日，幽兰团队带着“基于互联网的同伴性教育与公益实践”这一项目，参加第八届福建省“互联网+”大学生创新创业大赛(萌芽赛道)，获得创新潜力奖。

### 社会反应褒胜于贬

“我们希望大家意识到性教育的重要性，打破传统的禁忌，让大家普遍接受正确全面的性观念。”幽兰感慨，和身边的同龄人谈“性”，大多支持支持与期待的态度：“因为你们，我开始敢于谈论性。”“我发现很多担忧是不必要的，因此不再焦虑了”……但也有少部分人抱着玩味的态度调侃TY团队“性就是色情”“不正经”等，并开一些黄色“玩笑”。

对于高中生做性教育的疑问，幽兰表示，我们大部分引用的数据或观点都来源于近年的论文，还有像百科词条等专业性信息源。但困难和阻力对幽兰来说也在所难免，主要是专业性教育资源匮乏、相关研究较少，国内缺乏行业标准、认证体系，

团队成员多为高中生等方面的问题。

刚开始，幽兰的父母不理解女儿的所作所为。后来，幽兰做性教育的书籍资料堆得家里到处都是，妈妈也开始看，上网搜索、学习。如今，妈妈看到有趣的性教育内容会及时转发给女儿，幽兰也能在家里自然地与父母谈起与“性”相关的事情了。“我觉得这在某种意义上更好地促进了我家两代人之间的沟通和关系，用更加包容开放的态度面对这个本该该包罗万象的世界。”幽兰高兴地说，在这次性教育展览的布展现场，也出现了不少团队成员家长的身影。

“老师和家长大多支持我们的活动，但也有部分家长觉得性教育是传播淫秽色情，给学生灌输有毒思想，我们这些开展性教育的学生是不务正业。”幽兰也表达了自己的忧虑，在这样的环境下，我们会努力尝试向家长们解释性教育的定义、内容和重要性，让家长尽量接受并理解我们。“我觉得性教育最重要的就是它能够教会我们如何去尊重他人，也尊重自己，掌握拒绝和选择的能力。”幽兰说。

中国性学会性教育专委会副主任委员、福建师范大学生命科学院生物科学系党支部书记兼系主任江剑平认为，性教育是一个复杂的系统工程，该学生团队做“同伴”性教育，相较于长辈“教导式”教育，更容易使大部分青少年敞开心扉，也更容易接受，是性教育的有益补充。但同时，他也认为，高中生尚未建立起性科学的完整体系，需要不断充实自己，前面仍有很长的路要走。他建议，该学生团队的出发点是有意义的，当他们尝试开展性教育时应该被给予鼓励和正确引导；学生团队自身也需要树立科学的性观念，保持清醒的头脑和谦虚的态度，不受互联网上负面信息影响，不断汲取有益的养分，为开展适合我国国情的中国式的科学、全面的性教育贡献青春智慧和方案。

## 集思录

### 史毅

伴随经济社会发展进程，越来越多的国家正在受到老龄化和少子化的双重影响，积极应对人口老龄化和构建生育支持政策体系成为人口发展领域面临的两大问题。2021年，我国60岁及以上老年人口达到2.67亿人，65岁及以上老年人口达到2.01亿人，分别占总人口的18.9%和14.2%，未来仍存在持续快速增加的趋势。作为世界上老年人口最多的国家，老年人口规模大仅是我国人口老龄化的一个侧面，老年人口比重高、增速快、高龄老人和失能失智老人快速增长、家庭空巢化现象突出等问题更值得关注，对经济、社会、文化等领域将产生深远影响。在积极应对人口老龄化的各项措施中，促进健康老龄化既是保障老年人独立自主能力、减轻社会负担的必要措施，也是提高老年人参与社会、激发社会活力的重要途径。

### 我国健康老龄化取得的成就与进展

过去十年，我国高度重视健康老龄化问题，加快推进医疗卫生与养老服务相结合，老年健康服务水平不断提高，老年友好的社会环境不断改善，老年人口日益增长的多层次多样化健康养老服务需求逐步得到满足。

第一，人口预期寿命显著提升。十年来，我国人口平均预期寿命从74.8岁增长至78.2岁，反映出经济社会发展取得的重要成就。

第二，老年健康管理范围逐步扩大。伴随年龄增长，老年人生理功能整体减退，各类慢性病发生率高，开展健康管理服务能有效减少并发症，降低失能率和病死率。十年来，在全国城乡社区获得健康管理服务的65岁及以上老年人从9712.2万人增长至11941.2万人，增幅高达23%，老年健康管理率快速提升。

第三，养老服务体系不断完善。十年来，我国在构建“居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合”的养老服务体系方面取得积极成效，各类养老服务机构和设施快速增加，养老服务床位从381万张增加至816万张，养老服务质量更加规范，兜底保障服务对象更加精准。

第四，医养结合服务体系稳步发展。十年来，我国医养结合服务体系经历了从无到有、从有到优的发展历程，体制机制和政策法规体系基本建立，医养结合机构的数量规模和服务能力迅速提高，医养结合服务被纳入国家基本公共卫生服务项目，基层医疗卫生机构为居家老年人提供上门服务的能力明显提升，覆盖城乡、规模适宜、功能合理、综合连续的医养结合服务网络基本形成，老年人的健康养老服务需求得到更加充分的满足。

第五，社会保险支撑作用有所加强。十年来，我国养老保险的覆盖范围持续扩大、待遇水平持续提升，服务类型更加丰富，为改善老年人生活质量提供了良好基础。我国长期护理保险参保人数接近1.5亿，试点城市从14个增至49个，失能等级评估标准逐渐规范，部分地区将家庭床位纳入长护险补贴范围，为近109万失能半失能老年人接受护理服务提供了有力支撑。

第六，老年友好的社会环境逐渐改善。十年来，无论是通过适老化改造建设老年宜居环境，还是通过文体设施建设促进老年社会参与，都为老年人更好地回归社会、融入社会提供良好环境。

### 我国健康老龄化面临的形势与挑战

伴随出生人口减少，我国人口发展即将迎来人口负增长的特殊时期，在迈进现代化社会的进程中，我国面临的首要问题是如何实现人口规模巨大的现代化，除了“人口规模超过现有发达国家人口的总和”这一基本国情外，人口老龄化程度深、速度快更是提高了实现现代化目标的艰巨性和复杂性，但在巨大挑战之中也存在机遇。

第一，老年人口规模巨大的挑战。当前，我国60岁及以上老年人已接近2.7亿人，2035年将增加1.3亿人。超过4亿老年人的养老护理、医疗护理、精神健康、社会支持等一系列需求，老年抚养比上升成为社会总抚养比上升的主要推动力，老年社会负担的加重对公共资源的统筹安排和中长期规划提出了更高的要求。

第二，老年人口快速增加的挑战。过去十年，我国60岁及以上老年人口以每年3.63%的速度增长，65岁及以上老年人口以每年5.22%的速度大幅增长。2022年至2035年期间，我国1962年至1975年第二次婴儿潮的出生队列开始进入老年期，与1950年至1958年第一次婴儿潮的出生队列产生叠加影响，老年人口将进入一个新的加速期，同时面临底部老龄化和顶部老龄化的双重挑战。

第三，老年人口结构转变的挑战。未来一段时期内，我国老年人口年龄结构将呈现“两头高、中间低”的正U型结构，60至64岁低龄老年人口和80岁及以上高龄老年人口占比相对较高，70至79岁老年人口占比相对较低。老年人力资源开发仍存较大潜力，也为我国提前做好政策和资源储备、优化健康养老服务体系提供了机会窗口。

第四，老年健康负担加重的挑战。疾病对老年健康的影响主要可以划分为两个部分，一是疾病导致的寿命减少，这部分影响可反映在人均预期寿命的变化上；二是疾病导致失能失智年数的增加，这部分影响可反映在人口健康预期寿命的变化上。基于疾病负担数据分析发现，我国人口健康预期寿命与人均预期寿命相比仍存有近10年的差距，这意味着我国每位老年人平均约有10年时间处于带病生存和失能半失能状态。做好老年疾病负担研究和死因监测分析，明确医疗卫生服务、医疗保险和长期护理保险制度改革的重点领域及实现路径，是实现健康老龄化的迫切需要。

总体而言，健康老龄化是积极应对人口老龄化的重要内容，让老年人老有所养、老有所乐、老有所为是政府、学界和社会公众的共同愿景。在当前及未来很长一段时期，应继续优化健康养老服务体系，提高医养结合服务质量，扩大长期护理保险覆盖范围，做好失能、空巢、贫困老年人的兜底保障，激发老年社会参与活力，构建敬老爱老的社会文化氛围。客观认识人口老龄化的形势与特点，构建适应我国国情的健康老龄化发展路径和推进方式，是推动实现中国式现代化的应有之义。

(作者系中国人口与发展研究中心研究员)

# 健康老龄化：成就与展望

## “话丰收”专家讲坛赋能劳动教育

第三届“劳动美·丰收乐”主题公益活动之“话丰收”——希望的田野专家讲坛近日在京举办。

劳动教育是中国特色社会主义教育制度的重要内容，是五育并举不可或缺的部分。论坛上，国家食物与营养咨询委员会副秘书长、农业农村部食物与营养发展研究所创新团队首席科学家孙君茂从全球和中国的粮食供需形势引入，强调“端住中国饭碗”的来之不易与必要性，启发少年儿童珍惜粮食。他通过生动的营养健康知识、日常饮食误区等内容，阐明每个人都是自己健康第一责任人，呼吁社会各界大手

拉小手，一同推进少年儿童营养健康。

中国劳动关系学院劳动教育学院副院长曲霞阐释中国传统文化与当代教育实践中劳动教育相关精彩论述和案例，澄清了一直以来人们对劳动教育的三个认识误区，即“劳动教育主要是学校的事”“做家务会耽误学习”“家庭劳动教育就是让孩子帮忙做家务”，从教育逻辑、内在目的、方式方法、机制建设等方面深刻剖析劳动教育，强调学校家庭社会要积极担当劳动教育责任，全面深化劳动教育价值，健全协同育人机制。

中国教育科学研究院劳动与社会实

践教育研究所副所长杨颖东以起点、过程、结果为线索，阐述如何将劳动和教育有机结合，强调要深入挖掘劳动潜在的教育价值、科学设计少年儿童的劳动实践过程、全面评价其劳动表现，助力打通劳动育人的“最后一公里”，真正发挥劳动教育促进少年儿童健康成长的独特价值和重要作用。

中国下一代教育基金会理事长王卫国则立足公益视角，提出要促进特殊儿童群体的劳动实践基地建设、专业社会组织建设、书籍活动推广等，发挥劳动教育提升特殊儿童群体心理健康的积极作用。

“劳动美·丰收乐”主题公益活动是在中国农民丰收节组织指导委员会办公室、中国健康管理协会的指导下，中国儿童中心等单位面向全国少年儿童开展的劳动教育实践教育活动。本次专家讲坛立足儿童健康与劳动教育相关政策文件，从多个角度深入挖掘儿童劳动教育的新方法、新途径，赋能劳动教育，引导广大少年儿童及其家庭增强对劳动教育理念的认同，切实指导少年儿童开展生活实践，弘扬劳动精神、培养良好品德、传承农耕文明，助力新时代中小学生学习劳动教育。

(小尘)

## 信息资讯