

生长和发育，四到五岁—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。幼儿、儿童、青少年以及成人都是具有性功能的人。就像增进孩子的身体、情感和认知发育是十分重要的一样，为孩子的性发育打下基础也是非常重要的。成年人有责任帮助孩子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孩子。然而，每个孩子都是一个独立个体，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。当对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儿童发育专家咨询。

生理发育

大多数四到五岁的孩子将会：

- 继续成长，但是会比婴儿期和学步期的生长速度慢一些[身体的一些部位会比其他部位生长得快一些或早一些。例如，器官比身体长得快，使得学前班的孩子都有一个圆肚子。]
- 截至到五岁时，至少能长到他们成年后身高的50%，成年后体重的20%
- 发展了更协调的主要运动技能，使他们能够跳、跑、以及上下楼梯
- 发展了精细运动技能，使他们能系鞋带、扣扣子、使用剪刀以及画出可识别的图形
- 继续进行非常显著的大脑发育，到五岁时能完成这项发育的90%
- 发育了逐渐增加的肺活量，以及深度呼吸的能力
- 随着四肢增长而甩掉了“婴儿的样子”
- 不管是哪种性别，身体尺寸看起来都是一样大小
- 增强了整体健康水平，并获得了细菌抵抗力

认知发展

大多数四到五岁的孩子将会：

- 通过玩耍活动而与世界互动并了解世界
- 开始通过探索来体验这个世界，并对自身及周围事务感到好奇
- 当经历了较少的与看护人的接近时，他们开始从家庭中脱离出来，而且更加独立
- 理解什么是好的什么是坏的（尽管他们可能不知道为什么），并能够服从规则
- 能够理解并完成保持健康的简单活动，例如刷牙或洗手
- 理解隐私的概念

情感发展

大多数四到五岁的孩子将会:

- z仍然依赖看护人,但已经不再需要或想要像他们在婴儿期和学步期所接受的那样多的身体接触
- 继续用肢体表达感情,并寻求拥抱和亲吻
- 与同伴社交,开始发展人际关系,并学会把某些同伴当作朋友,而把其他同伴认定为他们不喜欢的人
- 有更多的机会与同伴互动,或者通过上学或者通过娱乐活动,并会与其他孩子玩耍

性发育

大多数四到五岁的孩子将会:

- 经历阴道润滑或(阴茎)勃起
- 抚摸生殖器以获得乐趣
- 对每件事感到好奇,并询问小宝宝是从哪来的,以及他们是如何被生下来的
- 对身体感到好奇,并可能玩扮演医生的游戏
- 对他们自己的性别感到确定,并能识别男性和女性
- 开始认识到传统的男性和女性的性别角色,并能根据性别来区分这些角色
- 能够了解自己的身体,知道它在别人眼里是什么样子,以及它的功能是什么

家庭需要做什么以培养性健康的孩子

为了帮助四到五岁的孩子发展健康的性,父母应该:

- 帮助孩子理解隐私的概念,并告诉他们性是隐私的,是在家里发生的事。
- 教给孩子身体主要部位(内部的外部的)的正确名称,以及它们的功能。
- 解释胎儿是如何“进入”母亲的子宫的。
- 鼓励孩子向父母或其他可信赖的成人咨询有关性的信息。