



家庭健康伴你行

新婚初次性爱
应注意的事项
性爱知识
走出性生活的误区
新婚期保健
婚后角色转变

新婚课堂

XINHUN KETANG | 班开庆 主编

中国人口出版社

责任编辑：史 晔 封楠林

插 图：刘可心 杨小华 胡 月

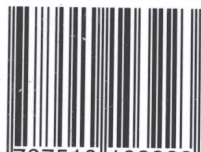
封面设计：



家庭健康伴你行

青春密语 新婚课堂 孕育幸福
快乐孕产 科学育儿 轻松避孕
长寿养生

ISBN 978-7-5101-0322-3



9 787510 103223 >

定价：56.00元（全7册）

责任编辑：史 晔 封楠林

插 图：刘可心 杨小华 胡 月

封面设计：



点设计
DIAN DESIGN
13810290555



家庭健康伴你行


青春密语 新婚课堂 孕育幸福
快乐孕产 科学育儿 轻松避孕
长寿养生

ISBN 978-7-5101-0322-3



9 787510 103223 >

定价：56.00元（全7册）



新婚初次性爱
应注意的事项
性爱知识
走出性生活的误区
新婚期保健
婚后角色转变

新婚课堂

XINHUN KETANG | 班开庆 主编

中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

新婚课堂/班开庆主编. —北京:中国人口出版社,
2010.1

(家庭健康伴你行)

ISBN 978 - 7 - 5101 - 0322 - 3

I. 新… II. 班… III. ①结婚—基本知识②性知识
IV. C913.13 R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 227808 号

新 婚 课 堂

班开庆 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京国人传媒印务有限公司
开 本	880 × 1230 1/32
印 张	4.5
字 数	46 千字
版 次	2010 年 1 月第 1 版
印 次	2010 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 5101 - 0322 - 3
定 价	56.00 元(全 7 册)

社 长	陶庆军
网 址	www.rkcb.net
电子邮箱	rkcb@126.com
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

目录

CONTENTS

第一章 甜蜜爱情 / 1

一 爱情是什么 / 1

1. 什么是爱情 / 1

2. 选择爱人有标准吗 / 2

3. 求爱之前需了解哪些 / 5

4. 怎样知道他爱上了你 / 5

5. 怎样知道自己爱上了他(她) / 6

6. 怎样进行约会 / 6

7. 恋爱关系明确之前的心理状态 / 7

8. 如何处理求学与恋爱的关系 / 8

9. 一般男性心目中的“女性美” / 8

10. 一般女性心目中的“男性美” / 8

11. 什么样的女性不受男性欢迎 / 8

12. 什么样的男性不受女性欢迎 / 10

13. 如何处理好第一次见面的心态 / 10

二 正确处理恋爱中的障碍 / 11

1. 恋爱中的动力性障碍 / 11

2. 摆正恋爱中的平等关系 / 12

CONTENTS

3. 情书有哪些“写作法”	13
4. 如何处理情书	14
5. 如何把握幽默与随便的界限	14
6. 吻的性爱含义是什么	15
7. 什么是单相思和爱情错觉	15
8. 如何处理恋爱中的感情纠葛	16
9. 如何处理与长辈的关系	17
10. 如何处理与老朋友们的关系	17
11. 如何拒绝并非期待中的求爱	18
三 面对失恋	19
1. 陷入三角恋爱怎么办	19
2. 如何面对对方的拒绝	19
3. 失恋有哪些心理反应	19
4. 如何实现“爱不成、友谊在”	20
5. 如何摆脱失恋的痛苦	20
6. 独身主义可取吗	21

第二章 新婚燕尔

一 走进婚姻	23
1. 什么是婚姻	23
2. 有哪些婚礼仪式	25
3. 婚后需要相互信任和理解	26
4. 做好婚后生活的心理准备	27

CONTENTS

5. 做好婚前检查	28
二 什么是围婚期	/ 28
1. 什么是围婚期	/ 28
2. 婚前教育	/ 29
3. 什么情况下不能结婚或暂不宜结婚 / 30
4. 男女的性差异	/ 31
5. 婚前性生活不益健康	/ 32
6. 怎样深化夫妻间感情	33
三 新婚蜜月	/ 34
1. 了解自己的性生理	/ 34
2. 调整好自己的性心理	/ 36
3. 新婚之夜期望值不要过高	/ 37
4. “见红”不是贞操的标准	/ 37
5. 处女膜破裂出血怎么办	/ 38
6. 怎样减轻处女膜破裂时的痛苦	39
四 新婚期性保健	/ 40
1. 新婚期性保健的原则	/ 40
2. 新婚初次性爱应注意的事项	/ 41
3. 防止性器官损伤	/ 42
4. 防止新婚尿路感染	/ 42
5. 哪些情况下不宜过性生活	/ 43
6. 防止新婚意外	/ 44
7. 适当节制性生活	45

第三章 性爱知识 / 47

- 一 性爱与性生活 / 47
1. 什么是性爱 / 47
 2. 性爱有哪些表现方式 / 48
 3. 重视性生活卫生 / 48
 4. 性交过程的四个阶段 / 49
 5. 怎样进行美满和谐的性生活 / 50
 6. 适当的夫妻性生活有利健康 / 51
 7. 性生活前不易热浴 / 52
 8. 如何做爱 / 53
 9. 经期不可做爱 / 53
 10. 酒后不宜过性生活 / 54
- 二 古代房内术 / 54
1. 什么是房中医学 / 54
 2. 什么是七损八益 / 55
 3. 如何正确认识古代房内术 / 56
- 三 做爱的卫生 / 57
1. 正确认识性生活 / 57
 2. 性生理卫生有哪些 / 59
 3. 性生活多少时间一次为好 / 59
 4. 什么情况下避免性生活 / 61
 5. 怎样认识性快感和性交时间 / 61

CONTENTS

65 \	6. 阴茎大小不影响性生活质量·····	62
65 \	四 做爱中的夫妻 ·····	/ 63
08 \	1. 爱抚和拥抱是性爱中的兴奋剂·····	/ 63
18 \	2. 夫妻性爱前爱抚多长时间·····	/ 64
	3. 夫妻性爱时有哪些运动技巧·····	/ 64
	4. 丈夫怎样看出妻子达到性快感·····	/ 65
	5. 妻子如何使初次性爱成功·····	/ 66
	6. 夫妻应注意的性交技巧·····	/ 67
	7. 夫妻生活中的时间差异·····	/ 68
	8. 利用“生物钟”增进夫妻感情·····	/ 69
	9. 性生活失败有哪些心理因素·····	/ 70
	10. 和谐的性生活是婚姻稳固的基础·····	71
	五 走出性生活的误区 ·····	/ 72
	1. 男子射精快不是早泄·····	/ 72
	2. 战胜性功能障碍——阳痿·····	/ 72
	3. 性冷淡可以调适·····	/ 73
	4. 正确认识性技巧·····	/ 74
	5. 性满足是能实现的·····	/ 74
	6. 正确对待婚后手淫·····	75
	第四章 新婚避孕 ·····	/ 77
	1. 确立良好的生育观念·····	/ 77
	2. 避孕方法的选择·····	/ 77

CONTENTS

38	3. 事后紧急避孕措施	78
38	4. 避孕失败的补救措施	79
38	5. 人工流产应注意的事项	80
40	6. 多次人工流产的危害	81

第五章 爱的结晶

59	1. 何时要孩子为好	83
59	2. 高龄怀孕有哪些弊端	84
61	3. 生男、生女都一样	84
61	4. 利用生物节律选择最佳受孕时机	85
61	5. 家庭和睦有利于孩子健康成长	86
61	6. 教育子女夫妻要统一思想	86
61	7. 从小培养孩子的好习惯	87

第六章 家庭政事管理

67	一 家庭政事管理	89
67	1. 什么是现代家庭文化生活	89
67	2. 夫妻之间如何对待对方的朋友	90
67	3. 安排家务劳动应注意的原则	91
67	4. 怎样处理好家务与事业的矛盾	93

CONTENTS

二	家庭经济管理	93
1.	家庭消费应遵循的原则	93
2.	消费攀比不可取	95
3.	制定合理的家庭消费结构	95
4.	家庭收入管理方式	96
5.	新型夫妻关系无需设“小金库”	98
6.	如何选择家庭的支出方式	98
7.	什么是透支消费	99
8.	新婚家庭投资注意事项	99
9.	正确处理家庭消费、储蓄和投资	100
三	家庭生活管理	100
1.	家庭生活管理有哪些内容	100
2.	家庭环境管理	100
3.	家庭饮食管理	101
4.	家庭物资管理	102
5.	家庭安全管理和药品管理	103

第七章 家庭伦理 / 106

1.	夫妻双方如何处理好与父母的关系	106
2.	夫妻双方如何处理好与子女的关系	109
3.	家庭生活中如何处理好夫妻关系	112
4.	夫妻如何处理好婆媳关系	113
5.	夫妻如何处理好与兄弟姐妹的关系	115

CONTENTS

6. 如何处理好妯娌之间的关系 / 116
7. 如何处理好姑嫂关系 / 118
8. 处理好与父系、母系长辈的关系 / 119
9. 处理好与堂表兄妹的关系 / 120
10. 怎样处理好亲朋好友之间的关系 / 120
11. 怎样处理好邻里之间的关系 / 121
12. 婚后不要害怕冲突与争吵 / 123
13. 夫妻吵架十忌 / 123

第八章 生殖系统疾病与防治 / 125

1. 什么叫“蜜月病”，怎样预防 / 125
2. 常见的女性生殖系统疾病 / 126
3. 女性生殖系统炎症的防治原则 / 126
4. 女性生殖系统常见的肿瘤 / 127
5. 月经病的种类及保健 / 128
6. 经期保健措施 / 129
7. 常见的男性生殖系统疾病 / 130



。的入斗数解虽甜爱怀忘公雅，楚一内面衣来全，趣兴，魅
内楚解奇五，伏以笑甜了斜，喜丰常非燕内甜甜受，三第



第一章 甜蜜爱情

一 爱情是什么

1. 什么是爱情

爱情是人类生活中一种非常特殊的心理现象。我们可以从以下几个方面来理解爱情：

第一，爱情表现为两性之间以情欲为基础的纯洁而崇高的情感。爱情的产生与生理上的冲动有一定的联系，恋人之间的身体接触能激起很大的愉悦感，爱情的理想归宿是达到精神和肉体上两方面的完美结合。

第二，爱情并不完全以满足生理上的欲求为目的，在两性之爱中，精神的内容越丰富，这种爱情的层次就越高，而且也越能得到巩固。如果两个人只有情欲的吸引力，而没有思

想、兴趣、企求方面的一致,那么这种爱情是很难长久的。

第三,爱情的内涵非常丰富,除了情爱以外,还有很多内容,比如纯洁、尊重、陶醉、友谊、自我牺牲等。男女之爱与这些内容有着极其密切的联系,没有信任,不懂得互相尊重和欣赏的爱情,维持的时间也不会很长久。

第四,奉献精神。爱情之所以为人们所赞颂,是因为当事者愿为自己的所爱做出一切牺牲。爱情不是占有,爱情是一种奉献。





2. 选择爱人有标准吗

“情人眼里出西施”，这就意味着，选择爱人，最重要也最微妙的是自己内心的感觉。当然这并不排拆对一些重要因素的考虑。青年人在选择爱人时，应注意以下几个方面：

①心灵美是第一选择。爱情的寻觅是一个审美过程。美是形式和内容的统一。选择的爱人，应该从面貌、衣着到心灵和思想都是美好的，但在内、外美两者当中，最主要是心灵美。

②会过日子是基本的要求。恋爱的目的是要建立家庭长期共同生活，而会过日子是其中一个重要组成部分。所谓会过日子，就是在家庭生活中实行科学管理，懂得科学地安排消费，在消费中讲究量入为出。把善于持家、治家作为选择爱人的一项基本条件，是客观现实提出的要求。

③个性相容是重要条件。爱情是双方感情的交流、心灵的共鸣。爱情又是各种性格特征的人的个性在爱情园地展现。个性不是人们故作的姿态，而是个人的气质、家庭的熏陶、文化素养、经济条件、生活经历、个人遭遇、社会影响等各种内外因素塑造的结果。

性格选择的出发点应是感情上能和谐、融洽、合得来。因此，在选择爱人时，首先要弄清自己属于哪种气质和个性特征，然后作出选择。

④尊重科学是理智之举。我国婚姻法规定，有下列情形之一者禁止结婚：一是直系血亲和三代以内的旁系血亲；二

是患性病和麻风病未经治愈的;三是严重的精神病。违反科学的婚姻,不会给生活带来幸福,只会给家庭带来不幸。在选择爱人时,务必尊重科学,这样才不致“一失足而成千古恨”。



⑤不忽视爱好与嗜好。不是选择爱人的主要条件,但它的确影响婚后的家庭生活。高雅的爱好可以陶冶一个人的情操,为生活增添乐趣;不良的嗜好如吸烟、酗酒、赌博、迷醉于跳舞等,会影响个人学习、工作、生活和健康,当然也会危及夫妇感情。

以上虽然是选择佳偶时务必注意的几个问题,但是不可能双方都完全具备。“金无足赤,人无完人”。要求对方必须