

告诉男孩女孩什么是爱，
告诉男孩女孩如何去爱！



藏在书包里的玫瑰

*Cangzai Shubaoli
De Meigui*

12-18岁男孩女孩的专属读本

牧之◎编著



关注男孩女孩

想知道却不敢问的成长话题



立信会计出版社
LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

告诉男孩女孩什么是爱，
告诉男孩女孩如何去爱！

藏在书包里 的玫瑰

*Cangzai Shubaoli
De Meigui*

12-18岁男孩女孩的专属读本

牧之◎编著

关注男孩女孩

想知道却不敢问的成长话题



立信会计出版社
LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

藏在书包里的玫瑰:12~18岁男孩女孩的专属读本

/ 牧之编著. —上海:立信会计出版社,2011.5

(超值金版)

ISBN 978-7-5429-2777-4

I. ①藏… II. ①牧… III. ①青春期-健康教育-通俗读物 IV. ①G479-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第038329 号

策划编辑 蔡伟莉

特约编辑 王微宇

封面设计 久品轩

藏在书包里的玫瑰：12~18岁男孩女孩的专属读本

出版发行 立信会计出版社

地 址 上海市中山西路2230号 邮政编码 200235

电 话 (021) 64411389 传 真 (021) 64411325

网 址 www.lixinaph.com 电子邮箱 lxaph@sh163.net

网上书店 www.shlx.net 电 话 (021) 64411071

经 销 各地新华书店

印 刷 廊坊市华北石油华星印务有限公司

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 24.25

字 数 502千字

版 次 2011年5月第1版

印 次 2011年5月第1次

印 数 1-12000

书 号 ISBN 978-7-5429-2777-4/G

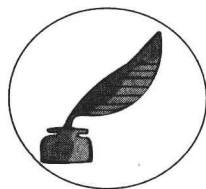
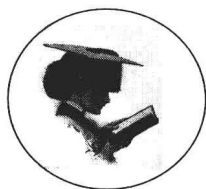
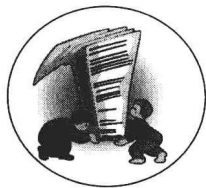
定 价 29.00元

如有印订差错, 请与本社联系调换

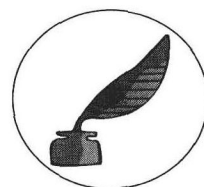
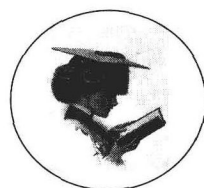
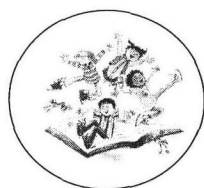
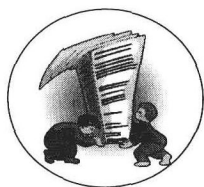
第一卷 男孩想知道却不敢问的事

目 录

卷首语	2
第1章 男孩与人交往的那些事儿	3
青春期的友情与爱情	3
知心朋友很重要	4
青春期的“异性效应”	7
同学之间需要同情和理解	10
如何与同伴交往	12
经历风雨，才能见彩虹	15
女生讨厌什么样的男生	19
早恋，青春的舞曲	21
学会欣赏别人，也学会欣赏自己	23
青春期的“明星效应”	27
师生恋——带刺的玫瑰	28
“距离产生美”	31
学会与他人合作	33
网恋，看上去很美	36
代沟，可以跨越	38
父母的唠叨是一首温暖的歌	40
爸妈偷看日记怎么办	42
走出社交恐惧症	44
如何摆脱青春期孤独和寂寞的阴影	47
战胜自卑，走向自信	50
第2章 男孩生活中的那些事儿	53
青春期应补充哪些营养	53
多吃“快餐”无益	55
怎样使你的嗓音天籁动听	57
你知道饮食不当可导致近视吗	59



目录



远离青春期厌食症	61
营养不良也致命	63
损害大脑的十大生活因素	64
维护你的面子——青春期男孩如何护肤	66
学会休息，学会学习	68
阳光早餐不能不吃	70
远离毒品，让生命更精彩	72
拒绝做个小胖墩	74
青少年吸烟、酗酒害处大	75
锻炼身体，增强体质	76
让青春痘不再讨厌	77
男孩不要乱拔胡须和鼻毛	78
眼镜度数会不会越戴越深	79
远离黄祸	81
讲究卫生，从我做起	83
热爱劳动，热爱生活	85

第3章 男孩心理发展的那些事儿 89

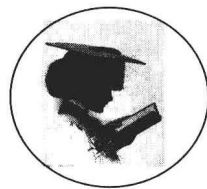
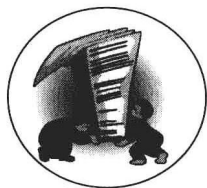
青春期男孩的基本心理特征	89
青春期男孩心理健康标准	91
青春期男孩常见心理障碍	93
如何克服青春期嫉妒心理	95
化解青春期心理压力	97
谨防青春期抑郁症	100
走出“丑”的困扰	103
青春期偶像崇拜心理	105
青春期男孩如何戒除“网瘾”	106
青春期恋爱心理引导	108
青春期男孩的逆反心理	111
你有“恋母情结”吗	113
青春期男孩性心理特点及问题调适	114
青春期性冲动是生存本能	116
正确对待手淫	118
正确认识性梦	121
正确对待性好奇心	122
什么是性别错位	123
认识同性恋情	124

什么是青春期的性敏感症·····	126
第4章 男孩生理卫生的那些事儿·····	129
男女性别是怎样形成的·····	129
青春期男孩生理发育特点·····	130
青春期男孩易患的生理疾病·····	132
性成熟程度自检·····	135
性早熟和青春期延迟·····	136
什么是遗精和流白·····	138
阴茎勃起是正常现象·····	139
为什么早晨容易勃起·····	140
阴茎的大小·····	141
如何进行阴茎保健·····	143
真的是“一滴精十滴血”吗·····	144
精子从哪里来·····	144
睾丸知多少·····	145
青春期与前列腺·····	147
为什么青春期男孩乳房会有肿块·····	147
正在变声的男孩应该注意些什么·····	148
青春期男女身高、体重发育等的不同·····	149
为什么你的脾气这么暴躁·····	151
青春期谨防习惯性脊柱弯曲·····	152
喉结不明显就不是男子汉吗·····	153

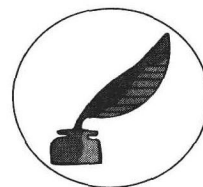
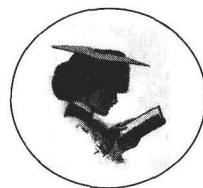
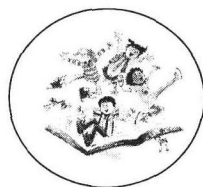
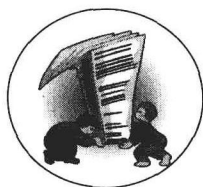
第二卷 女孩想知道却不敢问的事

卷首语·····	156
第5章 女孩与人交往的那些事儿·····	157
“闺蜜”，也要控制“热度”·····	157
爱情和友情的界限·····	159
爸爸妈妈，我们没有错·····	161
不得不说的“师生恋”·····	163
成长不能承受之重·····	166

目 录



目录

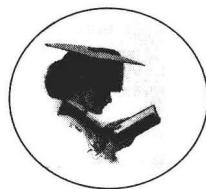
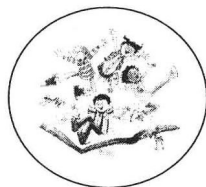
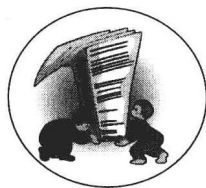


成长需要秘密	168
留给自己一个独立的心灵空间	169
留给别人一个独立的心灵空间	169
感谢对手	171
莫把芳心轻许付	173
那一道“沟”，我们能够跨越	175
男生眼中的女生	177
女孩与同性交往的技巧	179
女孩与异性交往的技巧	182
社交并不恐怖	184
退一步，海阔天空	186
网络交友是一柄“双刃剑”	188
学会和陌生人说话	190
异性交往，注意尺度	192
赠人玫瑰，手留余香	194
这里的承诺没有重量	196
做个好女生	198

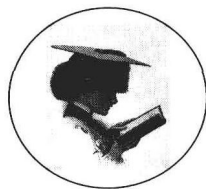
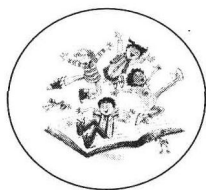
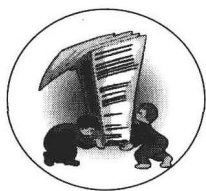
第6章 女孩生活中的那些事儿	201
吃出美丽，吃出健康	201
初潮少女保健要点	204
都是节食惹的祸	206
高跟鞋的诱惑	207
给我一双慧眼吧	208
克服青春期厌食症	211
切莫迷恋杯中物	212
青春期化妆应注意的事项	215
青春期女孩如何护肤	217
如何呵护“秘密花园”	220
少女切勿束胸紧腰	221
少女如何应对性攻击	222
特殊时期，吃也是一门学问	224
梦中的天堂	227
未成年人不得有的不良行为	229
未到吞云吐雾时	231
喜欢做菜的女孩更美丽	234
形体锻炼，有所为有所不为	236

学会感恩, 善待生活	239
珍爱生命, 远离毒品	241
第7章 女孩生理卫生的那些事儿	244
大煞风景的“青春美丽疙瘩痘”	244
豆蔻少女也不能忽视妇科疾病	246
解除乳房发育的困扰	249
揭开阴毛的奥秘	251
“巨无霸”的困扰	253
了解“秘密小花园”	255
莫让花容失颜色	257
男女性别是怎样形成的	259
你的“好朋友”正常吗	261
女孩是这样悄悄成熟的	264
青春期女孩生理发育特点	265
青春期女孩为什么也可能分泌乳汁	267
如何正确佩戴文胸	268
善待“好朋友”	270
少女的初潮	273
“太平公主”的心事	275
特殊时期, 特别呵护	278
我不美丽, 但我很可爱	280
性成熟程度自检	282
“杨贵妃”的困扰	284
第8章 女孩内心烦恼的那些事儿	287
别做小刺猬	287
打开心灵的窗口	289
嫉妒的女孩不快乐	291
解除“网瘾”, 告别那一抹灰色	293
禁色之爱——认识同性恋情	295
美丽而又哀伤的青春期的恋情	297
青春期女孩的手淫	299
青春期女孩的心理健康标准	301
青春期女孩的性心理特点	303
青春期女孩易患的心理困扰	304
青春期偶像崇拜心理	307
青春期少女如何克服性冲动	309

目 录



目录



如何防治经期综合症·····	311
怎么才能停止这些做法和想法·····	313
正确对待虚荣心·····	315
正确认识性梦与性欲·····	317
自信自强，焕发青春·····	319
总是焦虑怎么办·····	321
还我一个香甜的梦·····	323
走出灰色空间，重展青春欢颜·····	325

第三卷 学习和考试：男孩女孩的共同话题

卷首语·····	328
----------	-----

第9章 学习和校园里的那些事儿·····	329
----------------------	-----

青春期怎样科学用脑·····	329
健脑营养素不是万能的·····	330
青春期对智力发展的影响·····	332
你是怎样思维的·····	334
男生比女生聪明吗·····	336
考试期间的膳食安排·····	337
把阅读当成一种乐趣·····	339
为何而学——培养良好的学习动机·····	341
良好的学习习惯是成功的一半·····	345
重视考试心理状态·····	348
战胜考试怯场的良方妙法·····	350
如何调整考后情绪·····	352
珍惜诚信，远离考试作弊·····	354
好学不如乐学——激发学习兴趣·····	356
学习压力过重怎么办·····	359
别做刺儿头·····	362
强迫心理与学习成绩·····	364
克服考试焦虑，提高学习成绩·····	367
让你的学习充满阳光·····	369
正确认识学习中的躯体化现象·····	372

第一卷

男孩想知道 却不敢问的事

藏在书包里的玫瑰

● 12-18岁男孩女孩的专属读本





卷首语

“少年不识愁滋味，为赋新词强说愁”。

如果把青春比作波澜壮阔的大海，那么男孩就是大海中的浪花，虽然跳跃不定，但是仍欢笑着、翻滚着向前奔跑，不时地冲向生命的高峰。

如果把青春比作一艘航船，那么男孩就是扬帆起航的水手，尽管苦涩的沙时常吹痛脸庞，但为了到达海洋尽头那理想的彼岸，仍坚定执著地和暴风雨搏斗。

如果把青春比作一首乐曲，那么男孩就是充满生命活力的激越壮美之章。

如果把青春比作一扇门，男孩就是在这里看到了光怪陆离、丰富多彩的世界，虽然眼花缭乱、跃跃欲试但又有点不知所措。

都说人生中最美好的是青春，而青春期又是青春中最美妙的一段时光，是青春的萌动和发芽期，是人生中的明媚的初春。

在青春期的岁月里，男孩从父母温暖的怀抱中“逃”出来，开始去寻找属于自己的位置，开始去奔赴未来的天空，开始去体验生活的缤纷和试着去感受爱的真谛；在青春期的岁月里，男孩再也不愿牵着爸爸妈妈的衣襟走过春夏秋冬，再也不愿在他们的安全港湾中过着宁静的生活，他们要靠自己那一股不可抵挡的锐气谱写一首动人的青春之歌，开拓一条具有自己特色的人生之路。

虽然翅膀还未硬，羽毛还未丰满，嘴上的茸毛才刚刚长起，但男孩已不想再停留，开始向那遥远的目标起程飞翔。

但是青春期的天空也不都是阳光明媚，也有阴天和剪不断的愁雨，也有朦胧烟雨中淡淡的忧思。生活中，男孩也会遇到各种各样的问题：从青春发育期身材的高、矮、胖、瘦是否正常，到与女生相处时如何区分友情与爱情；从满脸的痤疮、声音的粗细，到“如果有人喜欢我，我该怎么办？”；从“我是不是病了”的疑问，到父母无休止的唠叨带来的成长的烦恼等，似乎青春期的岁月中男孩就是通过处理这些具体的、琐碎的“小事儿”来塑造着自己的性格、自己的人生，乃至每个人不同的命运。但由于缺乏对自身的正确了解、缺乏父母和老师的正确引导，许许多多的男孩面临着严重的困扰，甚至有少数人因此而误入歧途。这不得不引起广大教育者的高度重视，要知道一个民族的希望在青少年一代，一个国家的繁荣靠青少年一代。

那么，男孩究竟应该如何渡过甜蜜而又略带苦涩的青春期呢？

在本篇中，我们将为青春期男孩答疑解惑，也希望这本书能成为青少年朋友的良师益友。

美国著名心理学家威廉·詹姆士告诫青少年：播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。在这里，我们愿将他的这段话送给你——成长中的青春期男孩。





第1章 男孩与人交往的那些事儿



青春期的友情与爱情

友情与爱情是人间除了亲情之外的两种最伟大、最高尚的情感，是人与人之间相互理解和相互信任的结果。可是对处于青春期的学生来说，随着性意识的渐渐觉醒，使他们产生了对异性的朦胧的渴望，他们不仅呼唤纯洁的友谊，也憧憬着美好的爱情。在这一时期，他们对情感生活的追求达到了前所未有的高峰，但由于不懂得什么是真正的爱情，他们往往分不清爱情与友谊的界限。在做一项中学生关于什么是爱情的调查中，有很多同学都自称自己“正在恋爱中”，他们十分理直气壮地说自己爱得很认真、很严肃，不是小孩子在办家家，不会做什么出格的事情，请老师和家长一定要相信他们。其实，有很多学生根本没有分清友谊与爱情，更不懂得什么是真正的爱情。所以，搞清楚什么是真正的友谊、什么是真正的爱情，对青少年的身心成长有着重要的意义。

爱情是爱人之情，是男女双方最真挚的一种爱慕，并且渴望对方能够成为自己的终身伴侣。爱情具有排他性、持久性和强烈性。男女双方一旦产生了真正的爱情，其最终目的就是结婚，组建一个新的家庭，并且双方要承担一定的道德义务和社会责任。

友谊是友人之谊，相对于爱情来说，友情是朋友或同学之间的一种深厚感情，它来自朋友之间的相互理解和支持，来自对美好生活和理想的不懈追求，来自心灵的碰撞和相互的倾慕。西塞罗说过，世界上没有比友谊更美好、更令人愉悦的东西了；没有友谊，世界仿佛失去了太阳。俄国大诗人普希金说：“不论是多情的诗句、漂亮的文章，还是闲暇的欢乐，什么都不能代替亲密的友情。”亲密纯真的友谊是人的一生中最宝贵的财富，是人类最优美的感情之一。它是人们在共同学习、共同工作、共同奋斗的过程中培养出来的相互团结、相互帮助，并激励人们不断前进的动力。管仲和鲍叔牙之间的深厚情谊、无产阶级革命导师马克思和恩格斯的友情、鲁迅与瞿秋白之间的友情不就是最好的证明吗？对于青少年学生来说，如果能在中学时期结下深厚的友谊，往往会令人终生难忘。





爱情与友谊有紧密的联系但又有本质的区别。友情虽是爱情的前奏，但友情却比爱情来得现实。友情的实质是付出，爱情的实质是收获。没有付出的友情必是浮萍，没有收获的爱情必是心恋。友情的途径是共鸣，爱情的途径是默契。共鸣的友情能够得到知己，默契的爱情能够得到依托。友情像甘露，饮了能令心田枯涸的人得到滋润。爱情像美酒，喝了能使人沉醉狂歌。友情很淡，却不乏清醒。爱情很浓，却不乏盲目。友情最珍贵的赠品是原谅与宽恕，爱情最珍贵的赠品是理解与信任，友情与爱情最接近的地方便是缘分。缘分尽了，再好的友情、再好的爱情也会失去。失去的友情，必会留下一种如水如酒的记忆。失去的爱情，必会留下一种冰般冷静又如火般热烈的心情。友情可以追述，爱情却不可追述。追述的友情会让人领略到心灵的慰藉，追述的爱情却让人领略到心灵的伤痛。友情与爱情的根基是现实不是幻想。幻想的友情将是神往，幻想的爱情却是梦紫。

对于青少年学生来说，友情并不等于爱情。有时男女同学之间的友谊特别深厚，感觉特别谈得来，就误认为两人之间有了爱情。实际上青春期阶段对异性产生好感是正常的，但这种好感并不是真正的爱情，因此中学生不要急于把这种好感发展成爱情。因为在人的一生当中，中学时期是最宝贵的黄金时期，精力充沛，记忆力强，思维敏捷，是学习文化知识、增长才干的最佳时期，也是确定人生道路的关键时期。由于世界观、价值观、幸福观和人生观尚处于不断完善时期，判断力和抉择力都还不够，对异性同学难以有人格和能力上的深入了解，若是让自己过早进入恋爱阶段，不免带有极大的冒险性和盲目性。这对于自己和别人都是极其不负责任的。

人生如四季，但青春期却不是播种爱情的季节，虽然青春期的爱情像朦胧的月亮，遥远而迷人；但是青春期的爱情也像昙花，美丽的刹那过后，却摆脱不了凋零的命运。而我们只是一棵成长中的小树，脚下的土地是那么的贫瘠——知识还很贫乏，身体还很稚嫩，精神有待丰富，个性有待成熟，何况，“初恋时我们不懂得爱情！”那么，我们将用什么来支撑不合时宜的爱情？诗人维舍斯拉夫斯基说得很好：先安身立命/再奠基自己的爱情/否则你美好的憧憬就会落空/轻率和非分/使你抱憾终生。建立在贫瘠土地上的感情之花，前途是迷茫的，果子是苦涩的。所以，青少年应该广交朋友，开拓自己的生活空间，从各个方面不断地丰富自己、完善自己。切不可过早地谈情说爱，把大好的光阴浪费在花前月下，否则必然会分散精力，以致丧失求知、求发展的大好时机，以后在回首往事时难免会悔恨万分。

知心朋友很重要

有这样一个故事：一个小男孩很小的时候就爱和一棵很大的苹果树玩儿，他爱那棵树，那棵树也爱他。随着小男孩年龄的增大，他想要玩具，树就让他摘光苹





果卖了去买自己喜欢的玩具；他要盖房子，树就让他砍走所有的树枝；他要划船出去散心，树就让他砍掉树干去做船。而树只有一个愿望，希望他能常和它玩，但它却从未对他说过。最后，树终于如愿以偿。男孩老了，而树也只剩下了树桩。而这个老树桩又成了男孩歇脚的地方。每次男孩坐在老树桩上时，树都开心得热泪盈眶……每每读这个故事，我都会被小男孩和树之间的深厚情谊而感动得热泪盈眶。在大千世界里，一个人可以没有父母，但不可以没有朋友，不能没有好朋友，更不能没有知心朋友。人，如果没有了朋友，那么，他的生活就犹如一杯没有加糖的咖啡，苦涩无味；犹如花儿没有了阳光和雨露，就会变得没有了光彩。那么，这样的生活还有什么意义？

朋友是什么？朋友是我们人生旅途上那悠扬动听的乐曲，陪我们度过寂寞的时光；是狂风暴雨中的那把伞，为我们遮风挡雨；是冬天里那冒着热气的一杯茶，捧在手里，暖在心里；是生活中与我们有缘的那些人，和我们相遇，相识，相知。你或许有很多朋友，有萍水相逢的朋友，有知心朋友，有与你形影不离的朋友，有酒肉朋友，有患难朋友……而知心朋友就是那种当你心情沮丧时，在身旁默默支持你、鼓励你，给你信心的人；在你遇到困难与挫折时能给你自信，激励你战胜挫折，冲出困难，使你重新扬起自信的风帆，在生活的海洋里迎风破浪的人；是那种当你感到烦恼时，能充当你最忠实的听众，可以让你将心中的烦恼一吐为快，使你感到释然的人；是那种当你取得了成绩时，能和你一起分享成功的喜悦，并且能鼓励你再接再厉的人。巴金老人曾说过：“朋友在我过去的生活里就像一盏明灯，照亮了我的灵魂，使我的生存有了一点点光彩。”

人，无论是谁，都需要有一两个知心朋友。对于处在青春期的中学生来说，更是如此。他们有着强烈的合群需要，往往想通过交往来诉说自己的喜怒哀乐，从而在心理上获得一种归属感和安全感。但是有的人却因为找不到知心朋友而苦恼万分，他们觉得虽然每天与同学们生活在一个班级里，朝夕相处，但常常是“话不投机半句多”，因此感到孤独和寂寞。

那么，怎样才能得到知心朋友呢？一方面要努力增强个人的人际吸引力，另一方面要广交善择、寻觅知音，最重要的是要做到以下几点：

第一，对朋友一定要真诚。真正的知心朋友，是坦诚相见，肝胆相照的。很多人都对知心朋友倾诉自己心中的秘密，倾吐自己的欢乐和痛苦，憧憬自己的未来人生，这样的交往不仅能增进相互之间的了解，增进彼此的友谊，而且也有利于共同进步。

第二，对朋友一定要宽容。阿拉伯传说中有两个朋友在沙漠中旅行，在旅途的某个地方他们吵架了，一个还给了另一个一记耳光。被打的觉得受辱，一言不发，在沙子上写下：“今天我的好朋友打了我一巴掌。”他们继续往前走，直到来到了沃野，于是他们决定停下。被打巴掌的那位差点被淹死，幸好被朋友救起来了。被救起后，他拿起了一把小剑在石头上刻了：“今天我的好朋友救了我一命。”一旁好奇的朋友问道：“为什么我打了你以后你要写在沙子上，而现在要刻在石头上





呢？”另一个笑笑回答说：“当你被一个朋友伤害时，要写在易忘的地方，风会负责抹去它；相反的，如果被帮助，我们要把它刻在心里的深处，那是任何风都不能磨灭的。”其实朋友间相处，无心的伤害往往是在所难免的，只要你拥有一颗宽容的心，拥有比天空更宽阔的气度，忘记那些无心的伤害，铭记那些真心帮助过你的人，你会发现这世上很多人都是你的朋友。

第三，要善于选择兴趣、爱好相同的知心朋友。如果两人的价值观与人生态度，对事物的认识、看法大致相同，就容易成为知心朋友。这种相似可以驱使两人强烈地要求与对方接近，而在进一步的接触过程中又会发现彼此有那么多能够达到共鸣和相通的地方，这也使得双方欣喜万分，像找到了盼望已久的瑰宝，急切地从一颗心走入另一颗心，而且，彼此越相近，感情上的依赖就越深。

第四，要保持一种积极向上的精神状态，无论是在学习还是在集体活动中。对于学生来说，最主要的也是大家最关心的事情就是学习。能在共同的活动中施展自己的才华，获得学业上的优势，是很多学生梦寐以求的。如果我们做一个择友倾向性的调查，不难发现，多数人是愿意和学习优秀的同学做朋友的。因为学习成绩是一个综合指数，它所反映出来的不仅仅是我们对所学知识的掌握程度，更是对我们意志力、学习方法等诸多能力的一个综合性检验，是一个比较直观的衡量人的标准。优良的品性，诸如与人为善、待人以诚、讲信誉、守信用，是很容易获得众人赞誉的，连最邪恶的人都忍不住对品行高尚者发出内心赞叹。心灵的美好是一股巨大的人格魅力，它会把荣誉和友情带给我们。

第五，要积极主动地进行交往。友谊的彩桥要靠我们自己去架设，它自己不会降临在我们身上。这就是说要想交知心朋友，就得积极主动。因为友谊从根本上说是因为双方心灵的震撼和一种和谐的默契。如果没有交往与接触，即使内心再倾慕也会使我们与真正的友谊失之交臂。正如朱伯儒所说：“埋怨别人冷淡，不如首先燃旺自己的这块炭，去温暖别人。”大多数友谊的建立都有一个一方主动与另一方频繁接触、逐步接近的过程。因为只有通过频繁的接触、打交道，才会使对方认识了解自己，产生交往动机。例如，小波与小明是同年级但不同班的同学，小明对小波知之甚少，而小波对小明却钦佩已久。所以，小波多次主动向小明请教学习上的问题，并主动邀请小明一起参加课外活动。久而久之，小明被小波热情、活泼、积极进取的个性所吸引，两人后来成了知心朋友。

确实，人生的最大幸福莫过于有几个知心朋友，鲁迅先生曾录前人对联送给瞿秋白：“人生得一知己足矣，斯世当以同怀视之。”充分显示出两人的情谊之深，也说明了知己的可贵。知心是互相的，只有你对别人知心，别人才会对你也知心，所以要以真心换真心。



青春期的“异性效应”

一段历史，一则故事。50多年前的1950年春，在中国的丝绸之路上，在肆虐的凛冽寒风中，一支奇特的队伍突然映入人们的眼帘——这是一支由200多辆军用卡车组成的绿色长龙，它们从兰州出发，由东向西缓缓蠕动，车上裹着严严实实的帆布篷，给人一种神秘、神奇之感，这就是新中国诞生不久第一代大西迁的中国女兵。她们去哪里，她们为什么又如此匆匆地上路呢？

在新中国刚成立后的第七天，即1949年10月7日，王震将军便马不停蹄地率领20万大军开进西北边疆，当时他们遇到了一系列的困难和挑战，内有土匪，外有敌人，吃穿用等十分艰苦。更令他们头痛的是，战士们普遍大龄，团以下几乎是清一色的“光棍队”。要开垦，要戍边，要保卫大西北的安全，如何令这部分人安心呢？斟酌再三，唯一有效的方法就是尽快解决战士们的婚姻问题，解决严重的男女比例失调。后经党中央批准，一场大规模的女兵西迁进边疆的活动就这样开始了。

一位当年屯垦戍边如今已成为一位老妈妈的老人回忆说：“到了这里才发现，我们既不是扛枪站岗放哨的兵，也不是戴白帽穿白衣的“白衣天使”，而是成了一名“庄稼兵”，在茫茫的大漠里和男战士们一起种庄稼。”这些温柔活泼的女性，在与军垦战士们的共同生产生活中，渐渐结下了深厚的友谊，使昔日寂寞单调的军营生活充满了欢乐和生机。随着时间的推移，这些来自内地的姑娘们纷纷和军垦战士们恋爱结婚，在天南地北扎下了深深的根。如今她们有的成了著名的女医生、女教授、女科学家或女劳动模范。在昔日的荒漠上拔地而起的石河子、阿拉尔等一座座新兴城市，都有着她们的汗水及血泪的奉献。她们是新中国建立后边疆开发史上一座座无悔的亮丽丰碑，她们的“固疆”献身作用及意义将永远载入共和国的史册。

文艺复兴时期的意大利作家薄伽丘讲过这样一个故事，有一位老人让他的儿子一心侍奉上帝，不让儿子接触世俗社会。有一天，他带儿子到了佛罗伦萨，儿子见到了许多新鲜事物，皇宫、公牛、马匹、金钱，可他全都不曾留意，唯独见到了女人，他问：“它们是什么？”这位老人不愿意让儿子知道她们是女人，就说：“它们叫做绿鹅。”儿子立刻对父亲说：“好爸爸，让我带一只绿鹅回去吧！我要喂它。”这位封建的父亲后悔不该把儿子带到佛罗伦萨来。

这两个故事说明了什么呢？说明了异性效应的重要作用。那么，什么是异性效应呢？“异性效应”是社会活动中普遍存在的一种心理现象，表现为男女两性共同参加的活动，较之只有同性参加的活动，更能让参与者感到心情愉快，干得也更起劲、更出色。或在异性面前，人们往往对自己要求更严，表现往往更出色。为什么呢？这是因为与异性在一起时，异性间心理接近的需要得到了满足。与异性交往时，人们会激发起更大的内在积极性和创造力，也会更注意自己的言行举止，变得



更积极、更高尚。因此，男性和女性一起做事、处理问题都会显得比较顺利。

异性效应在青少年中表现得尤为明显。比如说某男生留了长发，家长、老师三令五申让他剪短，但他不以为然，我行我素；几位女生发表看法：不好看，还是短发神气。第二天，长发变成了短发。再比如说有的男生在女生朗读课文时倾心聆听，表现出愉悦的神情；有的女生在作文中，把一个相貌平平的男生描写得帅气无比、举世无双；男女生同在教室的时候，有的女孩子不知不觉地就提高了嗓门，以显示自己悦耳的嗓音；很多女同学喜欢和男生在一起，很多男同学也喜欢接近女生；女孩子好打扮自己，希望得到男孩子的注意；男孩子爱在女生面前逞能、不服输，用带有冒险的“英雄行为”显示自己的力量，以使异性对自己产生好感，给异性留下一个深刻的印象。在学校的运动会上，来自异性的“加油”声会给运动员带来更大的鼓舞和力量。不少中学生就直言不讳地承认，与异性同学在一起学习、工作和娱乐，有一种难以言传的愉悦感。这是青少年发展过程中正常的情感交往，是无可厚非的。因为进入青春期后，青少年由于性激素的分泌，第二性征的出现，使身体外形及体内功能发生了很大的变化。而性生理上的急剧变化又引起了心理上的一系列微妙而复杂的反应，少男少女心理上的差异也越来越明显。男孩子往往性格开朗、勇敢刚强、果断机智，不拘泥于细枝末节，不计较点滴得失，好问、好动、好想。当然也有的男孩粗暴骄横，逞强好胜。女孩往往文静怯懦、优柔寡断、感情细腻丰富、举止文雅、灵活、委婉，有较多的被动意识。但是也有很多同学并没有意识到这一点，出于各种原因，反而对异性表现出矛盾心理。表面上，很多同学故意对异性采取疏远、回避，甚至是一种毫不相干、不屑一顾的态度，特别忌讳在同性同学面前与异性接近，但内心深处对异性则有一种非常神秘的新奇感，常常渴望并想象自己与异性接近，甚至看到别人接近异性，心里还有些嫉妒，对异性出现的一些细小变化比较敏感，常在心里比较和评价异性同学，关注自己在异性心目中的印象。

因此，异性间的相互交往及由相互吸引而产生的愉悦的情绪体验是一种良好的、积极的情绪体验，它不仅对身体健康有很大的影响，而且对整个心理活动都具有大量的生理效应，可激发人的潜能，使人敏捷活跃而奋发向上。如果青春期的少男少女能够大大方方地接近，堂堂正正地交往，不但对青少年的身心健康，而且对他们的学习生活都有着良好的促进作用。

那么，青少年怎样更好地、合理地利用异性效应呢？

一、利用“异性效应”，取长补短、丰富完善个性

男生和女生交往可以扩大自己的人际交往范围，使性格在不知不觉中得到互相渗透，互相影响。情感上的互相交流，可以丰富对不同情感色彩的体验，使意志得到锤炼，使性格更豁达、开朗，使人的性格逐渐成熟。这是在同性朋友身上所得不到的。

二、利用“异性效应”，有利于心理健康

青春期的少男少女，如果接触不到同龄异性，会对同龄异性缺乏了解。所以，

