

青春期

 中国性学会性教育专家推荐
美国图书馆协会“最佳青少年读物”

The What's Happening To My Body? Book For Boys

写给男生

● 家长学校推荐青春期教育读本 ● 父母和儿子的良师益友

[美] Lynda Madaras 著
Area Madaras

王大凯 孙云霞 译

中国青春期教育专家
中国家庭教育学会理事

北京市家庭教育研究会副秘书长 闵乐夫 主编

 中国轻工业出版社



中国性学会性教育专家推荐
美国图书馆协会“最佳青少年读物”

中国青春期教育专家
中国家庭教育学会理事 闵乐夫 主编
北京市家庭教育研究会副秘书长

青春期——写给男生



The What's Happening To My Body? Book For Boys

【美】Lynda Madaras, Area Madaras 著

王大凯 孙云霞 译



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青春期: 写给男生 / (美) 玛达拉斯 (Madaras, L.),
(美) 玛达拉斯 (Madaras, A.) 著; 王大凯, 孙云霞译.
—北京: 中国轻工业出版社, 2003.1
ISBN 7-5019-3680-3

I. 青... II. ①玛... ②玛... ③王... ④孙... III. 男
性—青春期—性知识—青少年读物 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 018549 号

版权声明

The WHAT'S HAPPENING TO MY BODY? BOOK FOR BOYS
Copyright © 1983, 1988, 2000 by Lynda Madaras and Area Madaras
Published by arrangement with Newmarket Publishing & Communications Press
Simplified Chinese translation copyright © 2002
by China Light Industry Press
ALL RIGHTS RESERVED

策 划: 田晓昕
责任编辑: 朱 玲 田晓昕 责任终审: 杜文勇
版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
电子信箱: bjwqtw@sina.com
电 话: (010) 65262933
印 刷: 北京天竺颖华印刷厂
经 销: 各地新华书店
版 次: 2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷
开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 7.75
字 数: 150 千字
书 号: ISBN 7-5019-3680-3/G · 325
定 价: 15.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2002-1097

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

中国轻工业出版社读者服务部电话: 010-65121390



推 荐 序

建国以来,我国的青春期性教育,从20世纪70年代开始,经历了倡导、兴起、摸索、试点和推广几个阶段的发展,逐步成熟起来。当前,面对中国加入世贸与国际接轨及更为开放的社会,为我国开展青春期性教育提出了新的挑战和要求。开展青春期性教育的重要意义已不必待言,当务之急是:选择哪些内容以及采取何种方法对孩子进行青春期性教育,以加强青春期性教育的实效性,满足成长中的孩子的实际需求。

性生理知识教育,一直是各国青春期性教育不可避免的重要内容。而且,不同国家、不同民族、不同文化背景的男孩、女孩,在青春期时身体都会发生各种变化。在此期间,他们也充满了各种各样的疑问,诸如“我的脸上长了小痘痘怎么办?”“我怎么还不长个儿呀?”“我的胡子怎么不如别的男孩密呀?”等等。

美国作者琳达·玛达拉斯,以母亲和教师的双重身份,根据多年从事性教育的实践,撰写了《青春期:写给女生》(*The What's Happening To My Body? Book For Girls*)和《青春期:写给男生》(*The What's Happening To My Body? Book For Boys*)两本书,针对男孩、女孩们青春期成长过程中经常出现的“我的身体发育正常

吗？”等各种疑问，给予了非常实际而科学的解答。这两本书，由我国知名青春性教育专家闵乐夫先生审定并组织翻译，也保证了本书切合我国国情和青春性教育的实际情况。

根据多年从事性教育的经验，我们郑重地向中国读者，尤其是9到18岁的孩子及其父母推荐这两本书，它们对于解决孩子在成长过程中所遇到的各种困惑很有帮助。

中国性学会理事长

徐淑敏

中国性学会秘书长

龙明和成

主 编 序

感谢你拿起这本书，感谢你翻开这一页。我想像，你或是青春发育的男孩女孩，或是这些男孩女孩的家长，要不，你是一位教师，关心着经受成长烦恼的学生们。

很好，这本书的确可以帮助你排忧解难。只要你浏览一下目录，就不难发现它的系统性、科学性、实用性、可读性。我深信，准有那么几页，让你豁然开朗。我多年从事青春期性教育的理论研究和实践探索，读这本书，常常引起我会心的微笑，一方面钦佩这位美国女性作者琳达·玛达拉斯的体贴入微，一方面又让我想起在中国的少男课堂或少女课堂中，我看到的孩子们闪动着的好奇而羞涩的眼神。我深信，青春期少年特有的心态——那种憧憬成熟又留恋童年，追求完美又承受缺憾，拒绝灌输又渴求帮助，正是古今中外、不同民族、不同人种、不同地域、不同文化背景中男孩女孩所共有的。我知道，这本译著定会引起你的兴趣和共鸣。

其实，介绍性知识在国内同类科普读物中也不少。本书的可贵之处在于：普及性知识的同时，把握好教育的分寸感，营造出民主、宽松、和谐的家庭氛围，传达出敬畏生命、崇尚科学、尊重差异、提倡个性发展的先进观念，暗示着对男孩女孩自我悦纳、

自我肯定的积极心态，而这些正是不少中国家庭所欠缺的。

使用本书的最好方式是：亲子共读。

如果你是个孩子，这本书是自助的“掌中宝”，你要坦然地翻开你需要的那一页，你最好大胆地向家长建议：“您愿意和我分享成长的快乐、分担成长的苦恼吗？”

如果你是位家长，这本书是你的好助手，它帮你克服性知识的欠缺，重温青春的成长，消除交流的尴尬，以此书为话题与孩子敞开心扉，谈谈你的青春时光的经历和教训，那一定是家庭教育最温馨的时刻。

当然，我估计，书中有关自慰、约会、同性恋等片断，你可能会不以为然。没关系，你可以和孩子讨论。相信你会和孩子共同做出既尊重孩子感情意愿又不违背中国社会道德规范的正确选择。

如果你是老师，这本书是你和家长、学生取得性教育联系的“三通电插座”，你可以省去很多唇舌，可以在三方共读之后直奔性教育主题。

本书译者有：王大凯、孙云霞，分别是教育学者和医学工作者，他力图传达出大洋彼岸这位美国母亲的热情、亲切、平易和智慧。我想，读后你会感受到的。

好，祝你成功！

阎连史

中国青春期教育专家

中国家庭教育学会理事

北京市家庭教育研究会副秘书长

2002年12月

前 言

十几岁的青少年同新汽车一样，都是高性能的，有时保养昂贵，难于发动、驾驭和停止。但不幸地是，却没有像新轿车一样给青少年配备所有者手册。摆在父母与青少年沟通中的一个主要障碍是，双方都不知道彼此需要的是什么。父母教导孩子的方式，常常建立在他们自己是如何被教导的基础之上。这种方式，对于学习投篮、游泳、加汽油、做饭等是有效的。对于学习性知识和青春期发育阶段的知识却没什么用。通常情况下，父母的父母就根本没教给他们这些。因此，他们在教自己孩子的时候，也无从获得参照。

琳达·玛达拉斯的这本书发挥了很好的作用。既是适用于青少年的一本所有者手册，又是适用于父母的教学手册。我非常同意作者的建议，这本书应该由父母与青少年（或儿童）一起阅读。这本信息量丰富的小书有助于青少年和他们的父母应付即将发生的变化。对于青少年来说，当他们稍后对自己的身体有疑问时，这本书是一个极好的学习资源。

我曾经荣幸地主持过好几次关于青春期成长发育的会议，五年级的男孩子和他们的父亲共同参加。可我发现，整个会议过程

中所交流的内容远远不如他们在回家的路上或后来的讨论那么重要。父母和孩子们通常需要有一些话题来引起讨论。琳达·玛达拉斯的这本书就为这些讨论提供了一个良好的开端。

当青少年阅读这本书时，你要记住，父母常常也会像你一样有感到不自在的时候。信不信由你，父母与你现在一样，同样是要经历青春期的。问问父母的经历，你也许会知道或发现一些关于父母的令人难为情的信息。现在，在父母面前展示你的婴儿裸体照片，你可能都会感到难为情。

总之，琳达·玛达拉斯的这本书对于青少年和其父母来说是无价之宝。阅读这本书，青少年和其父母都会受益匪浅。它也是我手头上的经典著作之一，经常借给父母或青少年，以帮助他们了解有关青春期的知识。

(美) 马丁·安德森

医学博士

青春期医药指导委员会主任

加利福尼亚大学洛杉矶分校儿科系

作者序：我为什么写这本书

——致父母

在快到学年末时，我给上性教育课的女孩和男孩每人一个生鸡蛋，并布置了一项作业。主要内容如下：

我们来玩一个游戏。在一周的时间里，这个鸡蛋就是你的婴儿。但幸运的是，你不必喂它，不用给它换尿布，也不用找工作来赚足够的钱给它买衣服和盖房子。但除了这些，你必须照顾好这个鸡蛋，就像它真的是一个婴儿，你要为它负责任。这就意味着你不能把它单独扔在一边，在你离开它时，你必须安排别的人来照顾它。

当然，我也会给你们休息时间的。我要说的是，你的婴儿已长大，能熟睡一个通宵了。也就是说，你的婴儿不会在凌晨2、3点钟醒来，嚎啕大哭，要求吃东西。而这通常是多数真实的婴儿在最初几个月里的习惯。

刚才我说过，你的婴儿已长大，能熟睡一个通宵了。所以你们在睡觉时所做的事情就是，给婴儿一个吻，把他或她（它是男或女由你们来决定）放进冰箱里。在这个期间里，你不必担心你的婴儿。但在早晨时，你必须

记得把你的婴儿从冰箱里拿出，并带到学校来。

当你上学时，忘了带你的午餐费、运动服，或者数学书，这都没什么大不了的。但是如果你忘了把你的婴儿带到学校来，即使只有一次，它就会死去，你也被赶出这个游戏。不仅如此，如果儿童福利会的任何一个会员发现一个没人照顾的婴儿，那么，就会把这个婴儿没收。

我是儿童福利会的会长，所有教职员工都是会员。学校里的每个学生也是。也就是说，你也是这个协会的会员之一。你要宣誓保护所有鸡蛋婴儿的福利。作为会长，我希望协会的每一个会员都能极其警惕，随时没收那些没人照顾、受到忽视的婴儿。

在这个周末，我将带所有活下来的婴儿以及他们的父母出去吃午饭。

祝你们好运！

注意：那些婴儿被没收的父母，将不会被带出去吃午饭。

我班级里的这些鸡蛋婴儿们存活率不高。多数刚出生不久就死于各种破裂，有一些腐烂了，也有的在一周内丢失了。还有一些被警惕的儿童福利会的小会员们没收了。

还有一年，甚至曾有一个婴儿“自杀”了——至少那个婴儿的“父亲”是这样解释他的鸡蛋是如何消失的。好像这个婴儿“完

全是自己”出于自愿的，在上法语课时，从他课桌上滚下来的。这个“父亲”争辩说，应该带这个“自杀”婴儿的父亲出去吃午饭。当然，全班学生都硬起心肠来，拒绝接受他的这个说法。

我必须承认，通过对一周以来这项作业在学校里的进展所做的观察，我深受震动。总有几个男孩子试着去找女孩子帮他们照顾婴儿，因为“照顾婴儿是女人的工作”。尽管我看到这一做法完全是失败的，可在我心中也泛起了波澜，使我感动。同时也有一些男孩非常严肃地对待他们的父母身份。我看到有四五个男孩在外面的院子里吃午饭时，把他们的鸡蛋婴儿放在饭桌中间的一条柔软的丝绒布上。他们正谈论着他们的婴儿勉强避开的各种碰撞和破裂。听起来就像年轻的母亲们聚在一起，抱着婴儿在公园里散步，互相交流经验，谈着各种险些不能避免的婴儿灾祸。

大约在我布置了这一作业的一天之内，鸡蛋婴儿们就已呈现出一定的特色。这些“父母们”给他们的“孩子”用彩色蜡笔小心地修饰了“脸部”，并都起了名字。他们还为这些“婴儿”制作了富有独创性的婴儿床、摇篮和运输车。有一次，一个男孩把他的鸡蛋放在一个塑料的、椭圆形的像女式连裤袜似的容器里，这个“父亲”自豪地把这个容器解释成为“一种独特的生命保健胶囊”。

总会令我惊奇的是，无论男孩还是女孩，无论是年龄较小，还是年龄较大的孩子，只要参与了这一游戏，都能够着手为他们的婴儿设计婴儿床和摇篮等物品。所以，在校园里，如果看到一个长得壮壮的，有着足球运动员身材的15岁的孩子小跑而过，而

把他的鸡蛋婴儿小心翼翼地裹在一个精心制作的奶盒摇篮里的景象时，我一点都不会感到奇怪。

我是在性教育课进行到末尾部分时布置这一作业的，至少是在我的较高年级的班里，那一部分的课程正讲到孩子如何处理下面一些棘手的问题：

- 多大时才可以发生性行为？
- 如何知道自己已经能够发生性行为？
- 一定要等到结婚后才能发生性行为吗？
- 如何拒绝发生性行为的请求？
- 避孕
- 避孕并非百分之百地有效这一事实
- 堕胎
- 父母身份
- 生活中与他人的性关系及责任

当然啦，我布置鸡蛋婴儿这一作业，主要是希望能给孩子提供一些涉及到父母身份的现实和责任的一些想法。我认为，这一作业的核心仍不过是一堂旧式的德育课而已，就如同我的奶奶会告诉我，如果儿童不听别人的警告，私自去池塘上的薄冰面上滑冰，就会被淹死。可实际上，我还是偷偷地去薄冰上滑了几次，警告对我来说没起什么作用。因此，我也不会那么天真地以为，给孩子生鸡蛋，让他们照看一周，就能阻止他们在年少时就堕入爱河、完全放弃发生性关系或至少采取避孕措施等。尽管如此，

我想它至少没什么害处。毕竟，在美国，少女怀孕的现象日益增多。每年出现了超过100万的少女妈妈，约占15~19岁女孩总数的1/9，占发生性行为女孩总数的1/5。考虑到这种现实情况，任何事情，即使是与之没有直接关系的鸡蛋婴儿这一作业，都是值得一试的。

即使这一作业从没有阻止过一例少女怀孕发生，但孩子确实很感兴趣，我认为孩子从中还是学到了一些东西。但也许更为重要的是，每年我都学习到，或重新学习到一些小男孩在其步入成年过程中，必须处理的令人困惑的矛盾现象。

不论是那些在院子里谈论他们的婴儿的男孩，还是花费几个小时充满爱心地制作婴儿车和摇篮的、具有足球运动员体形的男孩，他们都曾经在课前咯咯地笑着跑到我面前，推给我一本书页打摺的、多少有点色情内容的小说，绕着圈子地坚持对我说：“看看这个，看看这个！”并把书打开到用红笔重点划过的有着“好看的部分”的那些页。

多少年来，孩子们给我看的常常是一本描写尼克·卡特的小说。也许你不熟悉尼克。我本人也仅仅是读过其中的“好看的部分”。在小说中，尼克好像是一名侦探，或是国际间谍或者中央情报局的特工。在这种类型的文艺作品中，尼克和他的同伴们扮演着英雄的角色，每个人都有各式各样令人毛骨悚然的冒险经历和惊险的逃亡故事，每个人都是神射手，通常驾驶着昂贵的、速度奇快的红色跑车。他们十分善于夜间作战，通常是借夜色抓获或杀掉一些暴徒或黑手党成员。当然，这些英雄们最后总是胜利

者。然而，所有这些错综复杂、惊心动魄的情节，都只不过是一种陪衬，是在衬托小说中“好看的部分”——即对性的描写。

我通常并不是一个给别人泼冷水的人，但当我班里的男孩们让我读一下这类书中所谓“好看的部分”时，我猜测他们是期待着某种反应，他们想知道我是怎么想的。因此我在告诉他们时，尽力避免带有讽刺的语气。显然，这种语气用在这里是不合适的。我解释说，根据我本人，以及我所知道的在行星上的其他任何人的性经历，都并不是像这些书中所描述的那样。我还与学生一起讨论尼克一生中的性遭遇的不真实性，以及作者采取那样一种结尾方式的原因等。我们还讨论了现实生活中，多数人在面对性和爱情时，都曾有过的恐惧和不确定性。从教育的角度来说，我们开始从老尼克带来的影响中走出来。

这里我想阐明的的问题是，我们的文化在男孩步入成年的旅程中，设置了一些相当棘手的难题。一方面，男孩有温柔、体贴的一面，这可从鸡蛋婴儿这一游戏中明显看出。另一方面，他们又面对着大量令人感到刺激而激动的偶像，都具有着威武、强壮的男性特征，这就似乎不容许男性表现得温柔而体贴。这就使得很难把尼克·卡特的传奇和给你的婴儿制作一个摇篮协调起来。男孩也难以区分到底什么样才算是具有男人味。无疑，这就使大量的青少年男性焦虑不安。当然，我这里所表达的观点也并非什么重大的新发现。我们知道，男孩在儿童期时，人们常常会允许他们表露出温柔或脆弱的一面。但在青春期，似乎男孩就进入了一个奇怪的成年男性世界，就如尼克曾被认为才是“真正的男人”

一样，“真正的男人”是不准许温柔而脆弱的，他们不能哭泣，也不能对其所作所为感到无助。“真正的男人”总是知道如何做出正确的性活动。“真正的男人”通常对性和生活充满自信且学识渊博。哇！

那么，在男孩们从儿童期步入这一令人困惑的男性世界，他们的身体也开始发生各种各样的变化时，如何消除他们的焦虑呢？而更有可能的是，男孩周围的人们却不愿意向他们解释这些变化，即使有人确实解释了，但往往也非常粗略。实际上，由于人们信奉着男性秘诀的一个原则：即人，或至少一个“真正的男人”，会自动地知道与性有关的一切事情。所以人们也常常认为，男孩们会以某种方式获得他们想知道的事情。

我班里的多数女孩，父母（通常是母亲）都与她们进行过至少一次相当紧张和局促不安的“谈话”，是关于月经这一女性青春标志的。然而，我班里却只有非常非常少的男孩，父母（或是父亲，或是母亲）和他们谈论过射精这一男性青春期的标志以及自发勃起、自慰^①、梦遗或其他一些男性青春期的生理现象。作为文化传统，我们似乎总是认为，和女儿讨论青春期比较重要，而与儿子谈不谈都无所谓。

自然，家长就更容易忽视儿子进入青春期这一事实。女儿的第一次月经常常至少会引起父母的一点关注。有些父母会给她买一盒卫生巾或卫生棉条，并告诉她如何使用以及不要把它冲进马桶。可当一个男孩第一次射精时，我们却没必要冲进商店给他买

^①：又称做手淫。——译者注

任何东西，也不用担心他会把下水道阻塞住。

还有一个事实是，一旦我们的女儿开始有规律地来月经，她们就具有了怀孕的能力。单凭这一点，就足以使许多父母确信，至少在最低限度上应该与女儿谈一点她的性别变化。（可是，女孩自己是无法怀孕的。就像我的母亲过去曾说过，“跳探戈舞得两个人”，当然，说这话时她从来就不是在谈跳舞的事。）

或许正如一些老年男性所认为的那样，男孩会自动地了解他们需要知道的关于性的任何事情。事实上，很少有父母真的会这样以为——如果没人告诉他们，男孩们就会无师自通地了解他们身体所发生的变化。但确有许多父母抱着这样的一种态度，即青春期对男孩子来说，真的就不是一件什么大不了的事。有一种观点也很流行：就是只有女孩才会对青春期的生理变化感受到紧张、焦虑、难为情和局促不安。

我是不同意这些观点的。我收到了上百封曾阅读过我写的书的男孩们的来信，信封上经常会有一些有重点标记的恳求：“帮帮我！”“十万火急！”“马上打开！”“快、快，请速回信！！！”等等，信封里有时还会有长达5页的既画有复杂的图表，又有冗长的文字说明的信，内容无非是说一些身体上出现的肿块以及他们自我想像的生理异常现象，这些让可怜的孩子以为自己得了什么病。（男孩们写的信在长度上几乎与女孩子写来的信相同。）

在我的班级时，我们玩过一个游戏，叫做“大胆提出你的问题”，这些问题与青春期和性有关，尽管你很想知道，可原来并不敢问。我设置了问题箱，以便孩子们可以匿名地投放信件。每