

中学生心理咨询丛书

少年维特 何须烦恼

——与中学生谈性的
困扰与解脱

青
島
出
版
社

马
培
佑



中学生心理
咨询丛书

少年维特何须烦恼

——与中学生谈性的困扰与解脱

马培佑编著

青岛出版社

鲁新登字 08 号

责任编辑:徐海伦

封面设计:王 文

中学生心理咨询丛书

少年维特何须烦恼

——与中学生谈性的困扰与解脱

马 培 佑 编著

*

青岛出版社出版

(青岛市徐州路 77 号)

新华书店北京发行所发行

山东临朐县印刷厂印刷

*

1992 年 12 月第 1 版 1993 年 3 月第 1 次印刷

40 开(787×1092 毫米) 4.10 印张 82 千字

印数 1—5080

ISBN 7—5436—0887—1/G·426

定价:2.45 元

目 录

I	青春的烦恼·····	(1)
II	人类的两种性别 ·····	(20)
§ 1	什么是性·····	(20)
§ 2	性的演化·····	(21)
§ 3	人类两性的形成·····	(24)
§ 4	性激素的作用·····	(31)
§ 5	两性的生理差别·····	(34)
III	男性的性生理 ·····	(40)
§ 1	男性的生殖系统·····	(41)
§ 2	睾丸的发育和功能·····	(44)
§ 3	男性的性发育·····	(50)
§ 4	遗精·····	(53)
IV	女性的性生理 ·····	(56)
§ 1	女性生殖系统的构造和功能·····	(56)
§ 2	卵子的生成和雌性激素的作用 ·····	(64)
§ 3	女孩的性发育·····	(68)
§ 4	月经的正常与异常·····	(76)
V	青春期性心理的发展(上) ·····	(83)

§ 1	性心理	(84)
§ 2	青春期性心理的急剧变化	(88)
§ 3	性别角色的认同	(94)
§ 4	青春期的体像问题	(100)
VI	青春期性心理的发展(下)	(106)
§ 1	异性爱的萌发	(106)
§ 2	“早恋”问题	(113)
§ 3	关于手淫	(133)
VII	性道德和性观念	(141)
§ 1	性行为的道德标准	(143)
§ 2	形形色色的性观念	(148)

I 青春的烦恼

每年暑期,总会有一批中学生毕业离校,或者升入高级学校深造,或者走上工作岗位。也总会有一批小学毕业生又踏进中学的大门,去填补大哥哥大姐姐们留下的空位。年复一年,循环更代。

中学时代只有短短的六年,在整个漫长的人生中只不过是一个片断。然而,这六年却是人生发展中至关重要的时期。从小学踏进中学门坎的时候,孩子们还刚刚告别了童年,他们稚气犹存,童心未泯。六年后,当他们中学毕业走出学校大门时,却已长成高大健壮、风度翩翩的小伙子和体态丰满、风姿绰约的大姑娘了。中学的短短六年中,每个人都经历了生理上和心理上的巨大的、飞跃性的、质的变化。

进入中学后,少年人的各方面都呈现加速成长的势头。首先是身体发育加速进行。此时,少年们的身高体重在激增,骨骼肌肉日臻坚实强壮,神经系统及其他内部系统的机能日益完善,性生理的发育也达到成熟状态。在心理方面同样表现出飞跃发展的势头。六年之中,少年们

的思维能力尤其是抽象逻辑思维能力逐渐达到成年人的水平,思维的品质也大为改善;他们的自我意识的内涵日趋丰富而完整,独立的人格逐渐形成并确立起来;情绪渐趋稳定,情感也变得丰富、深沉而更细腻,理智和感情两种力量也逐渐协调起来,显得更加成熟了。总之,六年的中学生活,少年们在不断地成长,不仅仅是单纯的量的增长,而且是时时刻刻都显示着质的变化。他们变化之快令人惊讶。同一个少年人哪怕只相隔几天未见,再见面时就会发现,站在面前的那个少年人似乎十分熟悉却又感到有点陌生了。他们总是用一个又一个新的特征向人们显示他们在成长,在走向成熟。

然而,这短短六年的人生路程却并非是一段一帆风顺的平静的航程,也不是每个少年人都会畅通无阻地顺利度过的,中学时代做为从童稚走向成熟的过渡时期,是一个不平常的人生发展阶段,充满着内在的矛盾和冲突,使每个少年人都感受到难以排解的成长中的压力和烦恼。

谈到当代少年人的压力和烦恼,人们总会首先想到他们面对的沉重的学习负担和激烈的升学竞争。是的,这是有目共睹的现实问题。但是,它并不是少年们唯一的压力和烦恼的根源,而且,也绝不是全体少年人都忍受的重负。事实

上,越来越多的中学生正在突破“重点中学→大学”这个狭窄框架的束缚,而去寻求多种“成功+成才”的途径。随着社会经济的发展和社会生活道路的不断拓宽,中学生面前可供选择的道路越来越多,他们的视野和胸怀也越来越开阔,升学竞争及其压力在他们心中也将变得越来越轻。实际上,今天不少中学生所感受到的升学压力,与其说是来自于他们自己的渴求,勿宁说是更多地来自于他们的父母和教师的期待。

如果说升学的压力不是所有当代少年人的共同的和唯一的烦恼的来源,那么,他们感受的那么多的烦恼又来自何处呢?要是一一列举,可能举出好多条来,诸如理想与现实的矛盾、自我确立过程中的内在斗争、心理断乳期的独立性与依赖性的冲突、两代人之间的“代沟”……。不可否认,凡是提出来的这些矛盾与冲突,都是造成少年人烦恼的一些因素,都会对他们的发展产生不同程度的影响。不过,在众多的招致少年人烦恼的因素中,有一个对少年人身心发展影响最突出、最强烈而意义也最深远的烦恼因素,却总是被人们有意无意地忽视过去。对于它,或者是避而不谈,似乎它并不存在;或者是轻描淡写,一带而过,好像是它并不值得细加探究。这个被人们所深为忌讳而又为少年人所普遍地强烈感受的烦恼因素是什么呢?这就是少年人的

身体发育主要是性成熟所带来的生理的和心理的压力,以及因此而给少年人造成的难以自行排解的众多烦恼。这是每个男女少年人生理发育自然进程的结果,是一种内在本能需求的产物,是每个到达青春期的少年人都必然会产生烦恼——青春的烦恼。它和前边提到的种种压力和烦恼都不一样。无论是在性质上、程度上、表现形式上及可能导致的行为的和精神的后果上,性成熟所带来的压力和烦恼都是极其深刻而十分强烈的,对少年人未来的发展的影响也是十分深远而严重的。

少年人正处于青春期,而青春期的标志就是性发育的加速成熟。性成熟不仅是生理变化,而且带来心理上的一系列变化。正是性成熟使少年人清楚地自觉地意识到自己不再是孩子了,从而引起自我意识的新的发展,由此又引起心理发展中的一系列矛盾和冲突,并进而产生许多为孩提时代所不会产生的烦恼和苦闷,经受许多唯有少年人才会有的内心风暴和危机。从这一意义上看,性成熟实在是少年人众多烦恼因素的最深层的根源。不仅如此。性成熟除了对少年人心理发展变化的一般影响之外,性成熟本身又意味着性本能从幼儿到童年的沉睡状态中苏醒过来,性的本能活动开始剧烈起来,引起了十分强烈的生理反应和心理反应,使少年

人产生前所未有的崭新的体验,感受到极大的压力和冲击。对于少年人来说,性成熟所引起的压力和冲击带有突然而来的特点,他们几乎毫无准备地一下子就跨进了人生的一个崭新的阶段。不错,在此之前当他们还是孩子的时候就好像知道一些有关性的事情。但,那是一些什么样的东西啊,与其说他们“知道”,倒不如说他们在猜测和虚构,其中真实的东西微乎其微。在这种纯然无知的状态中,一旦自己的身体开始出现变化,他们自然地就会陷入迷惑不解甚至惊慌失措之中。种种惊奇、疑问、焦虑和一些新奇的情绪体验交织在一起,充塞在他们的头脑之中,使他们感到紧张、不安,不知应该怎样去处置自己。

性成熟引起了身体上和心理上一系列剧烈的变化,面对这些变化,少年们脑中产生了许多疑问,他们渴望能获得解答。这种对性知识的渴求合理的,应该给予满足,让他们获得科学的认识。但是,由于在我们的文化传统中长期坚持着对性问题的禁锢态度,不仅把它视为下流和卑劣的,而且视为一切罪恶的渊藪。在这种情况下,不但在家庭中不允许公开谈论它,就是在学校中甚至在生理卫生课上,也大都不敢去触及。实在闪避不开,多半是三言两语,点到为止,甚至略而不讲,让学生自己阅读。尽管现代教育已

把中学的青春期教育作为一个重要内容,许多国家已把它普及到小学高年级去,但是,在我们这里,性问题仍然是个刚刚启开一点门缝的禁区,少年人乃至成年人对性仍处于基本上无知的状态。性禁锢所造成的“谈性色变”的恐惧心理是那么深固,以至于许多家长,老师一听到孩子谈“性”字就惶惶然不知所措。

几年前,日本一个教育代表团在北京参观一所全国知名的重点中学。当他们提出在学生中有没有开展青春期教育的问题时,校长顿感惊慌,开始以为听错了,再问一次才知道并未听错,于是不禁勃然变色,竟说人家怎么问出这么下流的问题来。当这位校长以道学家的立场理直气壮地指责谈论性是下流的行为时,他又何曾意识到他的这种态度和观点已陈腐、愚蠢到何等可笑又可悲的地步。在这种普遍的对性的神秘、无知、恐惧和禁锢的情况下,如果有的少年敢于向父母或老师提出有关性的疑问,他能得到的不是科学的答案和诚恳的指导,而是拒绝、驳斥、羞辱或鄙视。难怪有的中学生无限慨叹地说:“我们太悲哀了,我们这个年龄,突然在面前出现一个充满着谜和无法解答的问题的世界。奇怪的是,我们的教师不是拉着我们的手,走近去,看清楚这个世界,而是想方设法把我们推开,或者干脆在我们的眼前蒙上一块白布,似

乎那是一个不可逾越的禁区。我们的父母就更怪了,无不采用‘封闭式’……,”难道这位少年人只是道出他自己的悲哀吗?不,他倾诉的是他们这一代少年人的共同的悲哀。

吞吞吐吐、遮遮掩掩的暧昧态度,禁令、申斥以及粗暴的压制,对成年人来说只不过是自欺欺人,起着自以为维护少年人“纯洁天性”的虚幻的作用;对少年人来说,则在他们心中散布着性的神秘感、下流感、耻辱感、肮脏感乃至罪恶感,把人的正常的本能欲求人为地扭曲成畸形乃至病态的心理,并接连不断地制造出一个又一个悲剧。

由性成熟而导致的性本能的觉醒和生理冲动,由此而产生的对异性的新的认识、新的感情和态度,以及由于这一切而引起的对性的好奇心、对性知识的渴求及一系列新的两性关系问题,是生理和心理自然发展的结果,是压抑不下也消灭不了的。对少年人的合理的要求采取禁欲主义的态度和作法,不但无效而且有害,只能人为地加剧他们的压力和烦恼,为他们的健康发展造成许多不该有的障碍。

正是青春期的烦恼得不到人们的理解,得不到及时的帮助和指导,找不到正确疏泄的途径,少年人才被迫不得不自己去多方寻找渠道,让青春激荡的心潮泛滥横溢开来。

既然从父母和老师那里得不到科学的性知识,而性的神秘感和好奇心又是那样强烈,青少年便只能通过其他途径来寻求解答。于是各种道听途说的荒谬言论便在少年伙伴之间口耳相传,不胫而走。这些荒谬的东西由于披着所谓“知识”或经验的外衣,常常被少年人毫无保留地接受下来,信以为真,其结果是使他们陷入更大的无知和愚蠢之中。有些男孩子因为相信“一滴精十滴血”的谬论,面对自己正常的遗精现象大为恐惧,认为自己得了什么不治之症而背上沉重的精神包袱。有的女孩由于对生育的极端无知,认为只要男女体身接触就会怀孕,甚至认为接吻也会导致怀孕,以至于连跟异性拉手也感到忧虑。有一个十九岁的女孩因为被男朋友抚摸过阴部,她就认为自己可能怀孕,陷入高度忧虑之中,竟达半年之久;并认为自己已不是处女了,从此怀着自卑心理不敢再与异性交往。在那些道听途说的东西中不但充盈着各种非科学的内容,更夹杂着许多淫秽下流的东西,对少年人性心理的污染更为严重。为了满足性的好奇心,少年人也从各种书刊中寻觅信息。虽然有不少书刊的内容是科学的和健康的,但也有一些作者和出版者为了追逐利润,利用少年人的好奇心,肆无忌惮地抛出一些黄色淫秽的东西。许多少年人正是因为受到这些卑劣下流的货色的

毒害而走向堕落乃至自我毁灭。那些天良丧尽的作者和出版者固然是应负罪责,那些被引诱而走向堕落的少年人也应对自己的过失负责,但是,他们之所以无力抗御这类“黄祸”的侵袭和毒害,不是跟他们缺少正确的性教育,没有培养起自身的免疫力有着直接的关系么?从这一点来讲,他们的父母和老师不也应该承担一定的责任么?

由于性成熟,自然会引引起对异性的态度和感情的变化。少年们在惊讶地发现自己身体变化的同时,也发现异性的变化,并感受到异性的美和魅力,产生了对异性的倾慕之情。这是正常的、健康的和可贵的感情。正如日本心理学家依田新在其《青年心理学》中所说的:“当意识到异性美之时,人就得到新生。”“对高尚的异性的向往,正是自己培养出高尚性格的原动力。”保加利亚的基里尔、瓦西列夫在他的名著《情爱论》中说的更为中肯:“谁能禁止这种奇妙的感情突然出现呢?总有一天……这是青春苏醒了,这是存在的庄严召唤,生机勃勃的人的本质的召唤。”随着青春期的来临,性心理的冲击力是不可抗御的。情窦初开的少男少女们已处于“心理断乳”期,从父母那里已不可能满足感情的饥饿,他们陷入“感情空白”之中,他们感到从未有过的孤独,他们需要友谊需要爱。一位十六岁的

女中学生在日记中这样呼唤着友情、爱和幸福：“朋友，我向往你，我寻找你，我奔向你，我信任你，我拜托你，我依靠你！朋友，我也可以了解你，支持你，鼓励你，帮助你，分享你……啊，我需要你，friends！”在追求友谊和爱中，少年男女发现异性之间各方面的互补会带来更大的满足，彼此能获得更多的支持和慰藉。

尽管这种对异性的向往和爱慕之情还是那样朦胧，它在少男少女心中引起的憧憬却是强烈的。可是他们所渴望得到的友谊和爱却像两只幸福的青鸟，总是可望而不可及。由于自身的和客观的种种条件的限制，少年们只能把这种纯洁的感情深埋在心底，暗自品味和体验。为了抒发心头的苦闷和烦恼，有的就借日记来渲泄，“七月多产，雨多、瓜多，连思绪也不再是一丝、一缕、一片，而是一砣一砣，沉甸甸的。”“我找你不在于/然后/我等着/只是为了和你说/再见。”这种曲折的文笔正是少年人对自己的心情的欲说难言，想倾诉而又保密地生动的体现。更多的少年人则通过阅读描写少男少女的爱情的小说，来寻求共鸣和寄托，借书中人物的悲欢离合来渲泄自己内心的压抑的情感。在众多的作品中琼瑶的书之所以能造成一股经久不衰的热潮，其原因就在于此。有的调查发现，80%的女中学生迷上了琼瑶。有一处中学初二的的一个班有

90%的学生爱读她的作品。有一个高一的班里50%的学生少则读了二三本,多的则达十余本、二十余本。一位初三的男生一次就从书贩子手中买了七本琼瑶的书;一位初二的女生共收集了琼瑶作品三十余种,其中包括皇冠出版社的原版本。琼瑶热之所以出现,就因为她写的是与中学生年龄相近的男女的纯情故事,那种朦胧的初恋心态,加上渗透其中的淡淡的忧愁,就像有的中学生说的那样,琼瑶的书中有大量的激情,大量的冲突,大量的痛苦,大量的眼泪。再辅之以优美的文笔,恰正适合少年人的情怀,这样的作品自然会在少年读者中掀起欣赏的热潮。

对高尚、纯洁、美好和幸福的异性爱的憧憬,使每个少年男女都通过自己的生动的想象,去编织各种各样美丽的青春之梦。在这些梦里少年人倾注了他们全部的感情,也获得在现实生活中得不到的满足,缓解了他们精神上的紧张和压力。青春期出现这类怀春之梦是正常的,无可非议。只是,有少数少男少女无力摆脱这些春梦的羁绊,沉湎其中,即使从梦境中醒来,仍将梦中的体验反复咀嚼回味,甚至继续把梦境给予补充和发展,任凭自己的想象去任意虚构。其结果是陷入“白日梦”状态,弄得精神恍惚,痴痴呆呆,不但影响了学习而且伤害着身心,甚至导致性妄想或其他更严重的问题。

有些少年人不满足于从梦中获得安慰，不能把自己的本能冲动和好奇心控制在合理的范围内，不能自觉地寻求健康地发泄方式，在各种诱惑之下他们要偷吃禁果，去实际体验幻想中激发起来的激情。于是他们陷入“早恋”。由于这种行为不为社会所认可，因此，虽然它给早恋者带来某些感情上的满足，却同时带来更多的苦恼甚至痛苦，陷入更大的矛盾和压力之中。个别人顶不住内外交攻的压力，无法从迷恋所造成的矛盾和痛苦中自拔出来，于是走上自杀的道路，企图用这种“一了百了”的方式来获得最后的解脱。这不仅是可悲的，而且是十分愚蠢的。这也是对性、对两性关系和实际生活无知的结果。

由于对性问题缺少科学知识，对自己的本能冲动不知道如何恰当地调整和控制，不知道怎样疏导它使之恰当地渲泄，有的少年人往往沉陷在性的幻想之中而造成某些性的变态心理，采取一些病态行为去获得性满足。有一个中学生本来是一个三好学生，在家中和学校里都被认为是一个规矩的孩子。可是他却出现了偷窃行为，事情被发觉后，一查赃物，半箱子全是女孩子的衣衫和胸罩。原来这个学生竟然是“恋物癖”。

在另一处中学里，有五位女学生在同一天