

The boys' secret garden

■ 成长悄悄话 ■

男孩的秘密花园



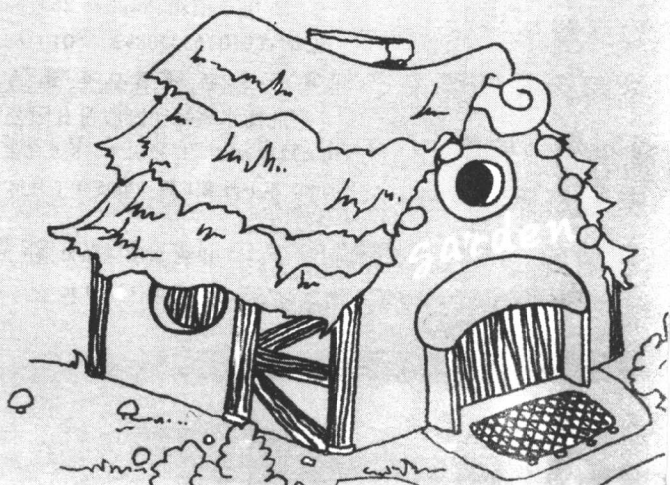
刘贵志 孙福军/编著
华文出版社

Secret

男孩的秘密花园

刘贵志 孙福军 编著

华文出版社



图书在版编目(CIP)数据

男孩的秘密花园 / 刘贵志, 孙福军编著. —北京: 华文出版社, 2005. 1

(成长悄悄话系列)

ISBN 7 - 5075 - 1758 - 6

I. 男... II. ①刘...②孙... III. 男性 - 青春期 - 健康教育 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 140877 号

华 文 出 版 社 出 版

(邮编 100055 北京宣武区广外大街 305 号 8 区 5 号楼)

网址: <http://www.hwcbs.com.cn>

网络实名: 华文出版社

电子信箱: hwcbs@263.net

电话: (010)63370892 (010)63370898

新华书店经销

河北衡水冀峰印刷股份有限公司印刷

880 × 1230 毫米 1/32 开本 8.5 印张 190 千字

2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

*

印数: 0001 - 6000 册

定价: 19.00 元

前言

写给男孩子

是什么,是什么告诉你已经成熟,是什么使你将秘密埋藏心里?是十三岁眼中的困惑?是十四岁情窦的初开?是十五岁心中的企盼?你多了唇上的茸毛与内心的躁动,这预示着你已处在男子汉与男孩的分界线上。跨过这一步之遥,你就与你生命历程中的早期阶段说“拜拜”了。留恋与向往,使你多了份惆怅与忧郁……

有人说,青春的风铃是最动听的,可是你想知道自己的风铃能否在青春的季节发出动听的音乐?依然年少的手臂是那样稚嫩,却梦想要拥抱世界。

十五六岁的你,不明白老师的殷切;不懂得父母的啰嗦;不明白长辈的斥责。你甚至想:他们有过青年期吗?你崇拜在台上唱歌、跳舞的明星;朦胧地听出张国荣歌声中的那份悲情;幻想小龙女与杨过的那份爱;为三毛的死而哭泣;为林黛玉的悲惨命运而伤感;为……

你明明知道“天下没有不散的筵席”,却为友人的离去而在寒夜中默默流泪;你明明知道“可怜天下父母心”,却偏偏和父母吵架;你明明知道“春蚕到死丝方尽”,却和别人讨论老师的不是……

不知不觉,青春期就来到了你的跟前。不知你是否清楚,这段时期在你个性发展的道路上扮演着举足轻重的角色。一个人的一生就是一个整体的学习与发展的过程,这个过程是一次性的,任何

前言

言



Preface

人都不可能有机会重来一次。而青春期对你整个人生来说,又是重中之重。

在这段时期里,你会觉得你的心好像在四处飘荡,你会为你的未来勾画一幅宏伟的蓝图,你会经历许许多多的新鲜事物。在这段时期里,你有时会欣喜若狂,有时却又觉得像有块石头压在心上……如此这般,你会不由自主地产生这样一种迷惑:我究竟是谁?我从哪里来?我是来干什么的?我的理想是什么?我的未来将会怎么样?将来我会不会出人头地呢?

当你站在镜子面前的时候,可能会冷不丁地发现,原来自己竟然如此陌生!为什么会发生这种情况呢?原因其实很简单,因为比起以前来说,你的想法已经发生了太多的变化。况且,在这段时间里,你的身体也在默默地发生着改变。不管怎样,至少有一点确信无疑,你整个人都变得日益男性化了,明显的标志就是你的生殖器官。这些对你来说可能会难以接受。不过没什么!不仅仅是你,青春期内所有的年轻人都会如此,即使是女孩子也同样会为自己的成长而感到苦恼、迷惘。

在此之前,你的父母对你有什么印象呢?你是他们的孩子,他们是你的父母,如此而已。至于你在青春期结束后将会成为一个什么样的人,你将怎样去划分善与恶的界限,你将怎样规划你的人生……这一切,他们从来没有想过。但是从今天起,你必须让他们认识到,你是一个独立的人,一个有着自己的想法、愿望与梦想的人。在这些问题上,你和你的父母之间肯定会发生一些激烈地争论,甚至有可能演变成矛盾冲突,但是今后你的成长历程会向他们解释一切。

你的身体,你的心理,你的秘密,不再是道无解的方程。这本书会悄悄地告诉你成长的秘密。

编 者

第一章 青春美少年的秘密

你是否已经注意到,现在你的身体正在发生着某种变化?你的嗓音开始低哑浑厚,你的体毛开始浓密,你的某些部位还会不听话,站直了别趴下,让我们一起解读青春的秘密吧!

我被青春撞了一下腰 ▶ 3

男孩“性”事知多少 ▶ 7

说不出口的“变声期” ▶ 11

不再听话的“小辣椒” ▶ 14

我的胸部有些紧 ▶ 17

男性发育成熟的标记 ▶ 20

让我困惑的体毛 ▶ 23

青春痘就像跟我有仇一样 ▶ 26

个子小真让我烦恼 ▶ 29

与“小胖墩”告别 ▶ 33

又爱又怕的手淫找上我 ▶ 36

生命的孕育真神奇 ▶ 39

第二章 对面的女孩看过来

上小学时,你爱和女同学打打闹闹,甚至相约去玩;上了中学后,突然有一天你就发现自己不如从前“勇敢”了。你不敢再与可爱的女孩玩耍,甚至多看一眼也会担心哥儿们笑话。但有时候还是悄悄地抬起眼皮……希望对面的女孩看过来,这里的表演很精彩哦。

魂牵梦萦的性幻想 ▶ 45

喜欢异性不是错 ▶ 48

喜欢她就可以亲她吗? ▶ 51

她要是只喜欢我就好了 ▶ 55

单恋一枝花 ▶ 58

早摘的苹果不会甜 ▶ 62

女孩啊,你是魔鬼还是天使 ▶ 66

失恋走过去,前面是蓝天 ▶ 69

被拒绝的爱一样美丽 ▶ 73

美丽的女孩,让我再看你一眼 ▶ 77

爱情是个什么“东东” ▶ 80

爱上女老师,我在劫难逃 ▶ 83

我不是坏小孩 ▶ 87

第三章 健健康康才够帅

或许你希望自己的皮肤光洁可人,可脸上偏长满

了青春痘;或许你希望自己的身材魁梧,可是比起影星来又显得那么不匀称;或许你时常感受到自己的身体并不那么可爱。这些都让你感到困惑,没关系,本节会告诉你如何保健,让你健康、潇洒、更有风采。

“小鸡鸡”应该有多大? ▶ 93

如何处理“大象的鼻子” ▶ 96

把性病赶尽杀绝 ▶ 100

做个清爽男孩 ▶ 103

频繁遗精让我好困惑 ▶ 106

“难言”之隐 ▶ 110

让我无法忍受的痒、痒、痒 ▶ 113

一大一小的“乒乓球” ▶ 116

睾丸保卫战 ▶ 120

千万不要过早做父亲啊 ▶ 123

“爱死你”的艾滋病 ▶ 127

第四章 我是男孩,我怕谁

一盏灯的光芒不管具有多么强烈的穿透力,其亮度也总有限,只有千万盏灯的光芒才能汇集成一个光明的世界。你需要友情,需要信任,需要得到更多的理解 and 爱。不管人生的路程多么遥远、多么崎岖,你一定会顺利到达终点的。因为朋友与你一生一起走……

强壮的身体是我永远的梦想 ▶ 135



你的“拳头”证明不了你 ▶ 138

我很丑,可是我很温柔 ▶ 142

我的朋友在哪里 ▶ 146

好人缘宣言 ▶ 151

友谊地久天长 ▶ 155

男生哭吧,不是罪 ▶ 159

与人交往不可怕 ▶ 162

“为官一任,造福一班” ▶ 165

睡在我上铺的好兄弟 ▶ 169

“鹤立鸡群”为哪般 ▶ 172

第五章 学习:想说爱你不容易

学习,学习,再学习;努力,努力,再努力。面对老师殷切的目光,父母谆谆地教诲,桌上成堆的作业,我真的想大喊:不是我不学习,只是我真的想休息……

学习啊,我的前途、我的光明 ▶ 177

最好每天都是星期天 ▶ 181

老师,其实你不懂我的心 ▶ 185

老师,您好! ▶ 189

我的老师,我的太阳 ▶ 193

我的理想爸妈说了算 ▶ 196

我的成绩我的痛 ▶ 200

玩不“转”的时间 ▶ 203

第六章 别让青春泪流满面

年轻的你有一天突然发现,青春不止有幸福也有苦难,你不希望永远背负着沉重的十字架,你也不希望被阴霾囚禁。所以,我想告诉你,哪怕我们的世界变得越来越狭小,越来越平庸,也别让我们精神的花朵在青春中枯萎;哪怕我们四面楚歌,也别忘记保持自己的尊严而骄傲地呼吸。

我讨厌这个世界 ▶ 209

香烟燃烧的是生命 ▶ 212

青春在毒品前戛然而止 ▶ 217

远离电子“海洛因” ▶ 222

何为“断袖之癖” ▶ 226

为什么受“伤”的会是我 ▶ 231

少年莫贪杯 ▶ 234

第七章 爸爸妈妈请听我说

亲爱的爸爸妈妈:请给我一点自由,哪怕一点;请给我一片蓝天,哪怕一小块!只要我们的爱好是正当的,请理解我们!

为何不能架起理解的桥梁 ▶ 241

5

目

录

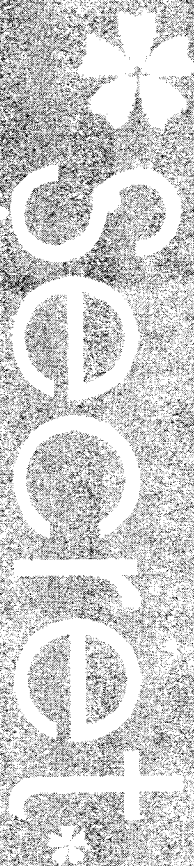


这个家，让我心痛 ▶ 246
想和爸爸妈妈生活在一起 ▶ 250
我不想再做“笼中鸟” ▶ 253
妈妈，我要的不多 ▶ 256
穿着打扮听谁的 ▶ 259

chapter 青春美少年的秘密

One

你是否已经注意到，现在你的身体正在发生着某种变化？你的嗓音开始低哑浑厚，你的体毛开始浓密，你的某些部位还会不听话，站直了别趴下，让我们一起解读青春的秘密吧！





我被青春撞了一下腰



寻呼台

不知不觉,快乐的小学生涯就成为过去式了,刚上初中的我觉得校园的一切对我都那么的新鲜。可是,最近我突然觉得自己有点变了。

我是一个尖子生,可这些天不知怎么,像着了魔一样,上课坐不住,像只猴子,前后左右东张西望,老想跟别人说话。作业写得“龙飞凤舞”,字又小又歪。放学后还约上许多男同学踢球,一踢就要把太阳踢落西山才回家。成绩也江河日下,一天比一天差。老师找我谈过好几次,让我通知家长到学校。我知道这会对我不利,便撒谎说爸爸出差,妈妈没时间,心里整天都像揣着一只兔子,明知道自己做错了事,却管不了自己。

倒霉的日子终于来了。那天晚上,爸爸检查作业,一连六七个80分,气得爸爸直打哆嗦,抡圆了巴掌,差点儿把我打得灵魂出窍。我抱着爸爸哀求说:“爸爸,我也不知道怎么了,心里总是不踏实,快救救我吧!”爸爸忽然捧住我的脸,像发现新大陆似的说:“儿子怎么长胡子啦?”

爸爸一句话,让妈妈也找到了我的病根。妈妈说:

“他一定是进入青春期了。男孩子在这一段时间里,情绪都不稳定。”

青春美少年的秘密



chapter

One



大家可能都听说过“青春期”。当遇到什么事情的时候,就常常会想,“我是不是到了青春期?”“我可能处在青春期才这样。”

那么,青春期是一个什么概念呢?

青春期是指青年时期的初期。从生理上讲,这个时期身体发育很快,精神上也有很大变化。

1. 青春期身体上的变化

首先,个子会长高。青春期的身体变化之一就是个子会长高。人的一生中有两次明显的增高,第一次是出生后至两岁左右,然后就是青春期。身体上发育比较快的人,在性方面成熟也比较快。

其次,是身材和生理上的变化。进入青春期以后,不仅个子会长高,体重会增加,肌肉、骨骼、生殖器官等的生长也会加快。

男孩子随着个子长高,开始有阴毛,并会出现遗精。阴毛长出后一年左右,阴茎会变大,还会长出腋毛和胡子。这时,还会进入“变声期”,身材也会有明显变化,骨骼和肌肉会更发达,肩膀变宽,胸部和腿上会长出体毛,脸上开始长青春痘。

女孩子的胸部会变大,并长出阴毛,月经初潮来临。与男孩子的身材相比,女孩子的肩比较窄,臀部比较丰满。

这些生理变化主要是受荷尔蒙的影响。到了青春期,男孩子的男性荷尔蒙和女孩子的女性荷尔蒙都会增加,相应地身体上也会体现出各自不同的特征,这被称作“第二性征”。人出生的时候就有男女之差别的性器官,叫做“第一性征”,而青春期的时候,性别上的差异会更加明显。这些变化出现的时间因人而异,有人早些,有人晚些。

2. 青春期精神上的变化

(1) 对自我的定位。

自我定位指的是将个人的多种身份,如儿子或女儿、朋友、学生等社会角色有效地统一起来。自我定位与个人观念、自信心有

很大关系。个人观念是指对“我是谁”这一问题的回答,是关于自身的想法和感受。自信心则是指一个人对于自身的存在具有多少价值的想法。青春期会经历很多变化和混乱的状况,所以能够对自己有一个明确的定位非常重要。

(2) 经历情绪上的变化。

青春期的对周围的人和事非常敏感,情绪变化无常,会因为很小的事情大发雷霆,也会突然间心情变得特别好。

(3) 处在青春期的人渴望自由。

处在青春期的人渴望摆脱父母和其他成人的干涉和照顾,像大人一样独立,所以,他们经常很烦恼,对大人的决定抱抵触情绪。这些现象都是青春期的正常现象。

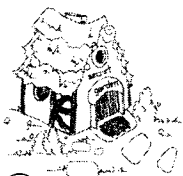
(4) 开始关注异性。

处在青春期,对于异性的关注兴趣会逐渐强烈,对异性身体上的变化也会感到好奇,并时常想像与自己喜欢的异性在一起时的情景。这种想像的对象可能是与自己年龄相近的同学、朋友,也可能是演艺明星、运动员,甚至是老师。在这个过程中,很多人都会经历自己的初恋。



什么时候的青春期算正常?

通常情况下,男孩子的青春期从13岁开始,大约在18岁时结束,女孩子的青春期往往要比男孩子早两年。在西方发达国家,比如欧美的年轻人会比发展中国家的年轻人提早一两年,目前没有人能解释究竟是什么原因。专家认为,这是因为发达国家比发展中国家更能为青年人提供便利的生活条件和丰富多彩的营养供应。另外,或许遗传因素也是一个重要原因吧!



其实,你 10 岁还是 16 岁进入青春期并不重要,你根本没必要感到有什么不舒服。另外,你也没必要担心你是不是会很快长大,该来的自然会来,该怎么样就怎么样,急也没有用。

成长 Q&A

Q:我叫小毛头,有时候,连我自己都不知道自己到底是怎么回事儿。刚才还好好的,几分钟以后就觉得心情烦躁得好像要爆炸了一样。妈妈总是把我看作一个小孩,她喜欢一本正经地对我说:“你怎么了?有什么事情不高兴,尽管告诉妈妈好了。”可是,我根本不愿意跟她谈这些事,虽然我也知道,她是真的关心我,有时候我也会对此感到内心不安。我爱我的妈妈,可是,关于男人身上发生的事情,她真的是一无所知。我一天到晚心烦意乱,一筹莫展,我这是怎么了?

A:小毛头有这种感觉是非常正常的,一个重要的原因就是你的身体已经发生了很大改变。现在对你来说外貌变得非常重要起来,你会一天比一天更加重视你的面容、发型和体形。逐渐地,你会发现,你已经完完全全是一个大人,而不仅仅是生活在父母保护伞下的孩子了。