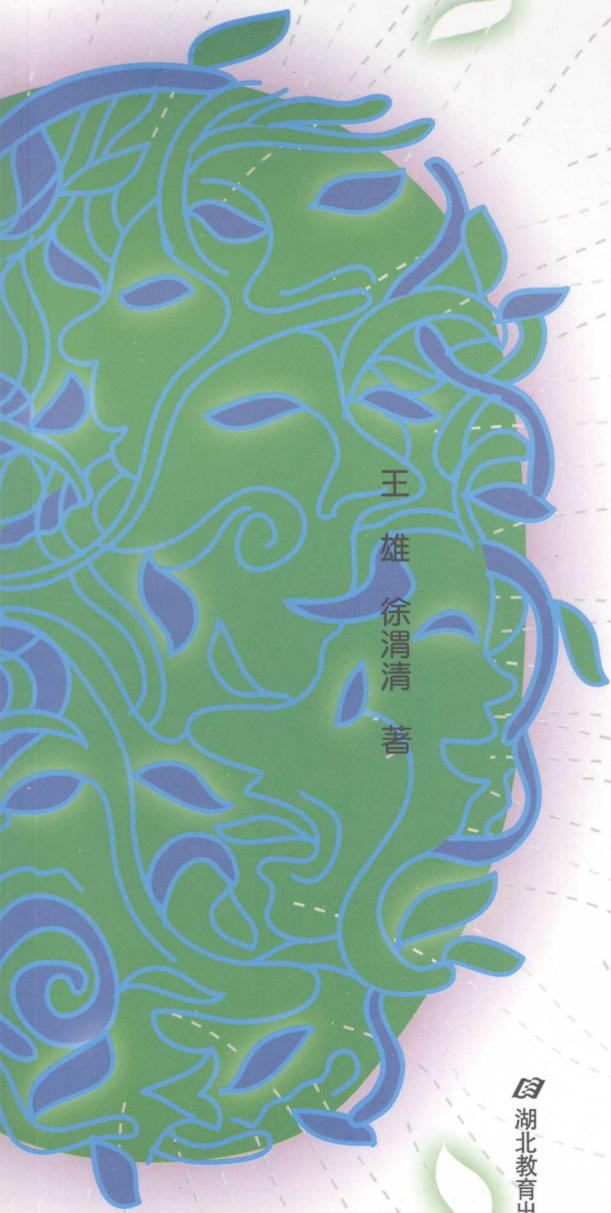


青春期孩子的心事

孩子与父母都感到困惑的问题

王雄 徐渭清 著

湖北教育出版社



G479
W392:1

孩子与父母都感到困惑的问题

青春期的孩子心事

王雄 徐渭清 著

湖北教育出版社

(鄂)新登字02号

图书在版编目(CIP)数据

青春期孩子的心事：孩子和父母都感到困惑的问题/王雄，徐渭清著.
—武汉：湖北教育出版社，2004

ISBN 7-5351-3951-5

I.青… II.①王… ②徐… III.青春期—健康教育：家庭教育
IV.G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第075558号

出版 发行：湖北教育出版社

网址：<http://www.hbedup.com>

武汉市青年路277号

邮编：430015 电话：027-83619605

邮购电话：027-83669149

经销：新华书店

印刷：湖北恒吉印务有限公司 (430223·武汉市江夏庙山开发区汤逊湖民营工业园)

开本：880mm×1230mm 1/32

8.5印张

版次：2004年9月第1版

2004年9月第1次印刷

字数：186千字

印数：1-5 000

ISBN 7-5351-3951-5/G·3258

定价：18.50元

如印刷、装订影响阅读，承印厂为你调换

前言

教育的宗旨是关注并促进人的发展。青春期在人的发展历程中起着极其重要的作用,它是儿童向成人转变的关键期。本书原本是专为这个时期的学生写作的,考虑到教师与孩子的父母同样会存在很多困惑,而且他们更应该在这个关键期,掌握很多好办法去理解并帮助每个孩子,所以增加了相应的内容,如知心父母、亲子互动等。因此,本书既可以做初中生的青春期校本教材、课外阅读,又可以供父母们进行家庭青春期教育。

本书的写作得到许多著名专家的指导,本书写完后,专家对此书作了恰如其分的评价,在此,感谢各位专家的指导与评价。现将他们的评价概括归纳如下:

北京师范大学心理学教授林崇德:

这本青春期教育书有以下特点:

1. 该书真正体现了科学性;
2. 该书中的性教育没有体现是在讲性,而是将性知识融入健康人格的教育之中;
3. 该书的可读性很强,特别是采用几位学生的经历与感受,使学生们很容易接受;
4. 该书的操作性也很强,教师可以很方便地使用该书,学生的阅读与活动 also 具有很强的操作性。

总之,该书的出版很有价值,教师经过短期培训后,就能进行相关教学,并由此可以取得较好的效果。

中央教科所所长朱小蔓：

这是一本很有特色、实用性很强的书。

第一，定性很好。该书以青春期教育为核心，超越了过去一般意义上的生理卫生教育、性教育。它是以品德为基础的青春期教育，并注重人格的健全发展。人格的成长，人格的健全有两方面的含义：一是从心理意义上看，二是从伦理意义上看。该书的青春期教育很好地将这两方面整合统一了。这就使心理教育有了价值方向，使品德教育有了切实的根据。

第二，该书的知识内容是系统、丰富的，它所依赖的生理、心理、品德等方面的知识既系统丰富，又引人入胜，使知识教育和价值观教育很好地统一起来。并且，其知识呈现的脉络很清楚，各个脉络不断延伸，不断深入。

第三，该书中的知识虽然很丰富，甚至有些内容比较深，容量也比较大，但是，这些知识是与初中学生在这一时期的生长发育密切相关的，与他们的生活非常贴近，都是生命成长所需要的知识，因此，学生在阅读的时候不会有吃力的感觉。

第四，该书围绕青春期教育展开，又基于这个平台，把其他学科的知识、经验加以整合，体现了新课程改革所倡导的综合性。

第五，为了使这本书促进学生学习，该书设置了很多情境、故事、青春快递、知心父母、亲子活动等等板块，各个板块的目标明确，操作性也很强，又有一定的系统，能够促使学生主动、自觉地去学习，从而促使学生自立与成熟起来。

教育部地方课程负责人，原江苏省教科所所长成尚荣：

这是一本有质量、有品位、有特点的书。

原理1 准确把握了青春期教育的内涵和要求。以人格教育为宗旨,以心理、生理教育为核心,以品德教育为基础,有利于初中学生的健康成长。

2. 对青春期教育的内容加以整合,把品德教育、生理教育、心理教育、防“毒”教育等等内容综合在一起,以男女生成长和交往为主线,框架合理。

3. 选材比较精当,具有典型性和普遍意义,能引起学生对人生与生活的严肃思考,让学生有亲历感与切身的体验。

4. 本书的案例、解读、问题等形式符合初中生的阅读心理,本书在严肃中不乏活泼和生动。

5. 以几个中学生贯穿,使本书成为学生生活中的一部分,就是发生在自己身边的事情,从而使同龄人的心灵被沟通起来。

6. 文字较好,既规范,也较为生动。

如果作为家庭教育的教材,建议父母与孩子一起商量一个阅读计划,孩子与父母一起阅读,一起讨论。

如果学校要用这本书做校本教材,开设青春期教育课程,建议校长与教师注意以下问题:

第一,建议在初一年级开设,每周一课时,分上、下两学期完成。

第二,本教材每个章节的每一节前,设计“引导语或图片”,以吸引学生进入相关学习情境。教师应该专门设计与课本知识相关的趣味问题或探究性问题,以引导学生进行课堂讨论或课后探究。

第三,每一章最后设计的活动,可以邀请学生的父母一起参加,以引导学生在活动与交流中,反思自己的情感与行为。

第四,本课程不必进行考试,但是教师要关注学生的理解与态度。

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

编者

因为生命是那样美好

——写给青春期的孩子和他们的父母

我们每个人的一生都会经历不同的阶段,心理学家一般把人的发展分为六个时期:婴儿期、儿童期、青春期、成年期、中年期与老年期。每两个时期的过渡阶段,人们的生理与心理都会发生一些变化。不过,婴儿期向儿童期转变的时候,由于年龄太小,人们不会有什么印象。而由儿童期向青春期转变的孩子,却是清清楚楚地感受到了这种变化,下面是几个学生的感受:

学生 A:“我发现我现在长得真快!裤脚又嫌短了,个子已经超过我妈了!可是,与我一样高的几个同学都有胡子了,我怎么还没有呢?”

学生 B:“我真怀念小学的时候。我最烦的事情就是脸上长出讨厌的痘痘,每次冒出一个,我都把它挤掉,可是,越挤越多,我以前的脸蛋多白呀!唉!”

学生 C:“最近不知怎么搞的?上课老是分神,我的成绩一向很好,可是现在上课不能集中注意力了,老是想着不该想的事情。但是,越是克制自己不去想,却越是要想,又不能对大人说,看着成绩往下掉,真烦人!”

学生 D:“我后面的家伙简直坏透了,他把写着 AZ(艾滋病)的纸条贴在我后面,所以,下课我揍了他一顿。老师批评我,我不好意思说出原因,简直恶心!可我也不知道 AZ 是什么东西,反正不是好东西,我的心情被这件事搞得糟透了!”

如果你正好是青春期的孩子,也许你还有其他烦恼,你会

发现自己在变化,身体的、心理的、学习的、交友的,很多问题可能让你不知所措。但是,我们得告诉你:

你最了不起的时候开始了,你应该高兴,从此,你开始向成年人过渡了,这是值得庆贺的事情!你现在得学会如何做一个大人了,你也应该了解一些大人知道的事情了,你得为自己的将来做好充分的准备!

如果你是这个时期孩子的家长,你恐怕有另外的烦恼,你会感到孩子在长大,要不停地给他买衣服,饭量也越来越大,这当然会使你高兴,可是他(她)却越来越不听话,甚至会与你顶嘴吵闹,那个儿童时期的乖孩子永远的一去不复返了,面对半大不大的孩子,你有时可能会有莫名的忧虑,他会变成什么样呢?不过,我们想对你说:

青春期是孩子需要你们对他负责的最后一个时期,这个时期结束以后,他就长大成人了,因此,对你们来说,心中存在的困惑与矛盾既有不知如何应付孩子的烦恼,又有孩子可能独立而走出家庭的忧虑。但无论如何,你们应该明白:很多亲子矛盾(父母与孩子的矛盾)的产生,是孩子在不断地成长变化,而做父母的却没有变,还停留在孩子的童年阶段的心理造成的,因此,您需要的首先是跟上孩子成长的步伐,与孩子一同成长。

此外,有的父母认为,孩子大了,不需要管了;或者孩子还是太小,不管不行,这两种极端的态度恐怕都不行。引导孩子自立是很重要的,不过,这个时期的孩子看起来有时很倔强,不听话,可他们的内心世界非常需要沟通,他们需要的不是指责、怒骂,需要的是平等的交谈与沟通。

这本书就是来帮孩子认识自己,帮助家长了解孩子,并引导孩子与父母一同了解青春期的生理、心理变化的。青春期有

很多过去人们感到不太好讨论的问题,这些问题不仅令孩子困惑,也令家长不知所措。比如孩子的生理发育、男女同学的相处。但是,回避这些问题显然不是正确的态度,因为,孩子可以通过各种途径,了解不科学甚至不健康的生理发育知识,这使得做父母的处于进退两难的境地,说少了,孩子弄不清楚;说多了,又怕孩子太清楚,做出越轨的事来。因此,青春期的教育不仅仅针对孩子,也针对父母或老师。教育的范围也不仅仅是性生理发育知识,还包括心理成长、道德成长、社会交往等方面的知识。了解这些科学知识,能够帮你们学会处理这一时期的各种问题,减轻自己的烦恼,从而为孩子顺利渡过青春期,以及为未来美好幸福的生活打下坚实的基础。

本书以下列思想为主要理念:青春期教育的核心是促进人的健康、全面的发展,因此,提倡以品德为基础性教育,即青春期性教育课程应主要进行人格教育,生理与心理的知识技能都应当围绕促进学生的健康成长这个中心,必须教育中学生运用核心的伦理道德观,如相互尊重、责任心来控制自我。

为此,本书选用或设计了130多个学生案例,近百幅图片,努力做到有趣、有启发意义。其中,专门设计了中学某班级8名男女学生为主要人物,大多数案例围绕着这8名学生展开,以贴近学生的生活,启发他们思考发生在自己或同学身上的问题。这些案例从上千个案例中选取出来,包括涉及到初中生实际生活的很多方面,如人际关系就涉及师生关系、家庭关系、同学关系、同性或异性朋友关系、个人与社会关系等;又如学生活动涉及课堂学习、在家自习、考试、体育比赛、课外活动等等;再如案例兼顾到城市与农村学校,选择学生的日记、作文、信件为基本材料,并尽可能以日常生活中学生自己的语言来撰写。图片则包括照片、漫画、卡通画与宣传画等多种形式。

青春期的孩子总是充满着美丽的梦想,可生活中却不可能没有艰难与痛苦,只是由于孩子以前很小,家长、教师与社会为他们创造了一个相对安全的环境,才使他们不必面对太多的苦难与挫折。然而,小鹰总是要长大的,总是要独自去面对风暴的考验的!

我们希望孩子们能够和同伴、教师、家长,一起面对成长的快乐,也一起面对成长中出现的烦恼。

生命因为奋斗而有价值,也因为大家共渡难关而幸福!

最后,我们希望每个读到这本书的孩子都能够成为一个自信、自尊,敢于对自己的行为负责,有着坚强意志与宽容品质的人。也希望每个孩子的父母因为孩子的健康成长而欣慰。

本书主要人物

男生:强强(聪明好学的男生)

佳成(胖胖的小男生)

天明(大个子男生,篮球队长)

立伟(调皮的男生)

女生:晓兰(能说会道的班长)

莉莉(女体育委员)

燕子(晓兰的好友)

雯雯(内向的小个子女生)

两位关心孩子成长的老师

2004年7月

目录

因为生命是那样美好

- 1 ———写给青春期的孩子和他们的父母

第一章 生命从哪里开始

第1节 性别本是自然

- 1 一、两性世界
- 3 二、青春期男孩和女孩有哪些主要区别
- 5 三、青春期生理变化的原因

第2节 每个生命都是强者

- 7 一、生命的开端
- 8 二、生产种子的工厂
- 10 三、优秀的种子

第3节 水中孕育生命

- 13 一、孕育生命的宫殿
- 14 二、从一个细胞开始
- 16 三、待在水里干什么

第4节 感谢双亲

- 18 一、瓜熟蒂落
- 19 二、第一声啼哭
- 20 三、父母之爱

青春快递

- 22 与生俱来的性别

知心父母

- 24 父母如何和孩子谈性
- 27 怎样使孩子学会自立

亲子活动

- 31 活动一:探寻自己的历史
- 33 活动二:衷心感谢

第二章 少女悄悄话

- 36 第1节 都是月亮惹的祸
- 36 一、青苹果开始成熟的标志
- 38 二、真是月亮的错么
- 40 三、预测经期的方法
- 42 四、花季里的阴云
- 45 第2节 清清爽爽好感觉
- 45 一、如何得到好感觉
- 47 二、痛在紧张时
- 50 三、错误观念要不得
- 52 四、自慰的苦恼
- 55 第3节 多了一件小背心
- 55 一、乳房的发育
- 56 二、有关乳罩的学问
- 58 三、胸部烦恼早消除
- 61 第4节 美丽如何得到
- 61 一、“孤芳自赏”中的忧愁
- 63 二、身材的诱惑
- 65 三、因为可爱而美丽
- 68 第5节 快乐女生
- 69 一、女生比男生差么
- 71 二、忧郁像秋风中的落叶
- 73 三、构筑心灵沟通的桥梁

76	四、“班花”的悲剧	811
78	五、什么样的女孩最优秀	110
	青春快递	150
81	如何做一个快乐自信的女孩	155
82	你有考试焦虑现象吗	155
86	青春期出现的“异性效应”	156
	知心父母	158
89	“心理断乳期”孩子的教育	
90	让孩子从平凡人做起	133
	亲子活动	136
91	父母与女儿一起参加“女生节”	

第三章 少男悄悄话

96	第1节 男子汉的开始	145
96	一、开始就有不安	
98	二、开刀的恐惧	143
99	三、男孩的“软肋”	
103	第2节 梦中出奇迹	
103	一、不必惊慌的遗精	142
107	二、梦中奇迹的原因	146
108	三、梦幻带来的矛盾	148
112	第3节 自慰烦恼早消除	121
114	一、追根寻源	120
114	二、观念的进展	120
116	三、解困的方法	121
118	第4节 不好对医生说的事情	120

161	第3节 雨中的回忆	161
161	一、男孩与女孩	161
163	二、从暗恋开始	163
165	三、苦涩的滋味	165
166	四、解困的方法	166
167	五、究竟什么是爱	167
168	第4节 异性友情说不清么	168
169	一、友情的距离很难说	169
170	二、如何区分友情和爱情	170
172	三、学会尊重很重要	172
176	第5节 街头的冷遇	176
177	一、想象的世界与现实的世界	177
179	二、走进社会的通行证	179
	青春快递	
184	“早恋”，让你欢喜让你忧	184
186	我们为什么对爸爸妈妈感到厌烦	186
	知心父母	
189	不利于孩子心理健康的三类家庭	189
190	青春期孩子为什么对异性有兴趣	190
192	学生喜欢上老师怎么办	192
	亲子活动	
194	爱己爱人，传递爱心	194
	第五章 生命无价	
197	第1节 点击青春期健康问题	197
197	一、痘痘的烦恼	197

199	二、吃出来的危机	199
201	三、吞云吐雾潇洒么	201
204	第2节 不要中“毒”	204
204	一、毒品之害	204
206	二、诱惑的产生	206
207	三、抗“毒”良方	207
209	四、识别毒品	209
211	第3节 虚幻世界里的诱惑	211
212	一、虚拟世界的梦幻	212
213	二、梦想成“症”	213
215	三、走出天罗地网	215
216	四、如何面对网上“红灯区”	216
219	第4节 抗拒性骚扰	219
219	一、女生男生都害怕	219
221	二、危险来自何方	221
223	三、自我保护十招	223
	青春快递	
225	同性恋是怎样形成的	225
228	毅力可以对抗毒品吗	228
229	青少年与艾滋病	229
	知心父母	
231	孩子沉迷于网络怎么办	231
	亲子活动	
233	活动一：远离恐怖病毒	233
	活动二：走向自立与成熟	
239	——青春期宣言	239