

男 女
悄 悄
话



广西民族出版社

C913.1
H338

男女悄悄话

NAN NU QIAO QIAO HUA

广西民族出版社

(桂)新登字02号

男女悄悄话

何森等编译

广西民族出版社出版

广西新华书店发行 广西荔浦印刷厂印刷

*

开本787×1092 1/32 8.625印张 170千字

1991年11月第1版 1991年11月第1次印刷

印数:1—10,000册

ISBN 7-5363-1344-6 /Z·76 定价:3.70元

参加编译人员：

兰芬东宗

凌何朱周

森明文强

何谢莫李

钢芬宁荣

郭兰孟龚

森云宾琦

何张罗温

前 言

我们出版这本书的目的，是和青年朋友、中老年夫妇谈谈生活常识和科学知识。

如果青年朋友想知道怎样谈恋爱而又不便于启齿询问别人，那么这本书将悄悄地告诉您谈恋爱的秘诀；

如果新婚夫妇想度过一个美好的洞房花烛夜，青年夫妇想生一个健康活泼、聪明可爱的孩子，那么这本书将悄悄地告诉您夫妻生活的妙法；

如果中老年夫妇常常为夫妻关系、家庭生活而犯愁时，那么这本书将悄悄地告诉您爱情永驻的要诀。

本书从生理学、心理学、婚恋学、优生学、社会学、性医学等方面介绍了国内外专家的研究成果。但愿这本书能成为男女青年、新婚夫妇、中老年夫妇的朋友，对他(她)有所帮助，有所启迪。祝愿所有的读者青春永驻，夫妻幸福，工作进步。

编译者

一九九一年八月

目 录

上篇 恋爱择偶悄悄话

- 1、什么是恋爱三诀……………(3)
- 2、男女青年成熟的标准……………(4)
- 3、青年女性如何进入恋爱角色……………(5)
- 4、女性恋爱的歧路是什么……………(5)
- 5、怎样在众多的追求者中选择恋人……………(7)
- 6、如何在交际中理解“不”的艺术……………(7)
- 7、“吃醋”一词的来由……………(9)
- 8、嗜好与性格……………(9)
- 9、茶叶与婚恋……………(10)
- 10、色彩与爱情……………(11)
- 11、提包与女性类型……………(12)
- 12、握手与品性……………(14)
- 13、衣着与个性……………(15)
- 14、习惯语与性格……………(15)
- 15、折信方式与感情倾向……………(17)
- 16、走路姿势与性格……………(18)
- 17、男性心目中的女性……………(18)

18、姑娘喜欢什么样的小伙子	(19)
19、感情是男子择偶的第一因素	(20)
20、恋人接吻知识	(21)
21、失恋的痛苦是崇高的	(23)
22、怎样对待父母的不同意见	(24)
23、什么样的男人对姑娘最有吸引力	(25)
24、恋爱时间长了会“夜长梦多”吗	(26)
25、中国男子汉的新特征	(27)
26、中国城市女性的特征	(28)
27、第一次到恋人家作客应注意什么	(29)
28、在爱情中认识自我	(30)
29、有了恋人后还能接近别的异性吗	(31)
30、女青年如何避免婚前失身	(32)
31、怎样看待恋人的经济条件	(34)
32、怎样对待陌生人的求爱信	(35)
33、男比女强才能相配吗	(36)
34、女比男大能否结为伴侣	(36)
35、怎样看待友谊与爱情的关系	(37)
36、“一见钟情”可靠吗	(38)
37、女性为何喜欢逛商店	(39)
38、女性为何爱说心腹话	(39)
39、为何多情女子爱流泪	(40)
40、女性笑的艺术	(41)

41、为什么恋人好故作冷淡	(42)
42、哪些男士最难相处	(43)
43、女性何时最美丽	(44)
44、失恋消愁十二种技巧	(45)
45、失恋者的“良药”——巧克力	(46)
46、姑娘有哪“八忌”	(46)
47、害羞人士的美德	(47)
48、哪八种人最不受欢迎	(48)
49、如何向意中人吐露心曲	(49)
50、怎样树立正确的恋爱观	(49)
51、如何看待恋人的职业、兴趣、貌美	(50)
52、奇妙的“眼语”	(51)
53、恋爱的七个陷阱	(52)
54、少女的自我注意	(55)
55、对恋人要控制冲动	(56)
56、九十年代是婚姻亲密的年代	(56)
57、你怎样讨人喜欢	(57)
58、影响人际关系的障碍	(59)
59、现代恋爱的战术——以退为进	(60)
60、寻找称心的男伴侣	(61)
61、姑娘如何了解男人的内心世界	(62)
62、当代女性的“四丑”	(63)
63、男人的五大忧惧	(64)

- 64、男女婚配与后代身高的设计……………(65)
- 65、男子表达感情的方式……………(66)
- 66、恋爱双方的年龄相差多少为好……………(66)
- 67、什么行为最令人厌烦……………(68)
- 68、姑娘要当心上当……………(69)
- 69、婚姻状况为何从15周岁算起……………(69)
- 70、各国新娘在洞房花烛夜对丈夫说什么…(70)
- 71、恋人,你知道人生的几个“十”吗……………(70)
- 72、日本女子的新观念……………(72)
- 73、国外婚礼新潮……………(73)
- 74、名人求爱集趣……………(74)
- 75、男女如何观察对方……………(75)
- 76、有趣的男女之别……………(75)
- 77、家庭婚礼的一般程序……………(76)
- 78、你会做幸福的新娘吗……………(77)

中篇 夫妻生活悄悄话

- 1、新婚之夜要注意什么……………(81)
- 2、同新婚夫妇谈谈处女膜……………(81)
- 3、注意新婚情感紧张症……………(84)
- 4、怎样使夫妻性生活和谐……………(85)

5、婚后性生活和性生活卫生·····	(86)
6、如何选择节育避孕方法·····	(88)
7、新婚夫妇怎样避孕·····	(89)
8、使用避孕药具影响性生活吗·····	(90)
9、国外避孕新法·····	(91)
10、购买避孕药具须知·····	(92)
11、长效避孕药的应用方法·····	(92)
12、如何正确服用探亲避孕药·····	(93)
13、哪些人不宜服用避孕药·····	(94)
14、有关节育环的两个问题·····	(95)
15、一个新观点——放环避孕可预防宫颈癌 ·····	(96)
16、放环后为什么有的人还会怀孕·····	(96)
17、剖腹产同时放环效果好·····	(97)
18、避孕环的由来·····	(97)
19、女子外用药避孕法·····	(98)
20、阴道隔膜的使用方法·····	(99)
21、粘堵术后应注意的事项·····	(100)
22、输卵管结扎后要注意哪些问题·····	(100)
23、新的男性避孕法·····	(101)
24、怎样使用阴茎套避孕·····	(101)
25、避孕胶布·····	(103)
26、一针见效的注射法流产·····	(103)

27、糖尿病妇女应避免孕	(103)
28、葡萄胎后应采取避孕措施	(104)
29、“人流”应注意什么	(104)
30、产后与流产后应注意避孕	(105)
31、妇产科术后应禁房事多久	(106)
32、新发明的女用避孕套	(106)
33、心得安可避孕	(107)
34、不要滥用黄体酮催经	(107)
35、为什么说夫妻性生活需要相互尊重	(108)
36、一月安排几次性生活为宜	(111)
37、男人应该知道的秘密	(111)
38、女人应该知道的秘密	(112)
39、古人对性生活有“三忌”	(113)
40、孕妇为什么爱吃酸	(116)
41、尊重自然法则，生男生女任其自然	(116)
42、你知道不育与精子的关系吗	(117)
43、为什么说性爱表明人格的高度	(118)
44、什么是弗洛伊德性爱观	(119)
45、正常的性生活有益健康	(121)
46、不正常的性生活危害多	(122)
47、性烦恼的自我解脱	(123)
48、如何看待他的不能	(124)
49、性生活中的三种常见病	(127)

50、性压抑会产生不良影响	(130)
51、影响性欲的十大因素	(131)
52、警惕伤身害人的性病	(132)
53、快乐婚姻的九条标准是什么	(133)
54、什么是家庭幸福七要素	(135)
55、君子之约——新婚夫妇协议	(135)
56、怎样保持夫妻的吸引力	(137)
57、幸福婚姻十忠告	(137)
58、婚后夫妻应尽快进入“角色”	(139)
59、怎样了解爱人心理秘密	(140)
60、如何使婚姻生活富有情趣	(141)
61、婚后爱情永驻要诀	(143)
62、性格不同的夫妇如何相处	(144)
63、如何使夫妻感情锦上添花	(145)
64、保持婚后生活欢乐的秘诀	(146)
65、幽默是夫妻间的“空调器”	(147)
66、夫妻出现矛盾时你怎么办	(148)
67、怎样使你的丈夫热爱家庭	(149)
68、如何对待男性的“古烈治”效应	(150)
69、什么是男人的隐私	(152)
70、怎样做个好妻子	(153)
71、妻子的聪明与愚蠢	(155)
72、女人四十仍可称为一朵花	(156)

- 73、妻子的六大禁忌 (157)
- 74、丈夫希望妻子体谅哪几点 (160)
- 75、丈夫的“新形象” (161)
- 76、哪些丈夫不受妻子喜爱 (165)
- 77、正确对待妻子的唠叨 (165)
- 78、怎样才算女士心目中的好丈夫 (166)
- 79、妻子需要你这样做 (168)
- 80、当好丈夫“六忌歌” (169)
- 81、夫妻关系原则是什么 (169)
- 82、你知道美满婚姻十诫吗 (171)
- 83、增进夫妻相互理解的五种方式 (172)
- 84、夫妻各需要和提供什么 (173)
- 85、八种类型婚姻易出问题 (174)
- 86、离开伴侣，还是离开电视机 (175)
- 87、你的爱情是否在“荧屏”中消退 (175)
- 88、夫妻生活十戒 (178)
- 89、危害夫妻关系的五种误解 (178)
- 90、夫妻对话的六大错误 (180)
- 91、为什么说回避在一定意义上说是危险的
..... (181)
- 92、避免家庭解体的五种思想 (182)
- 93、张扬隐私是夫妻离异的导火索 (183)
- 94、导致家庭不和的性格 (184)

- 95、警觉夫妻心灵离异……………(184)
- 96、丈夫、妻子怎样预防外遇……………(185)
- 97、令丈夫厌倦的女性……………(186)
- 98、怎样防止第二次争吵……………(187)
- 99、妻子们,请留心丈夫的沉默……………(188)
- 100、为什么“私房”有弊无利……………(188)
- 101、你会制订夫妻吵架协议吗……………(189)
- 102、为什么别人的婚姻永远比自己的美满
……………(190)
- 103、夫妻感情“冰”点的处理……………(194)
- 104、化解夫妻矛盾妙法七题……………(195)
- 105、解决家庭矛盾的良方——“反向思维”
……………(197)
- 106、处理家庭矛盾五点……………(198)
- 107、你能改变你的配偶吗……………(198)
- 108、什么是再婚协调的艺术……………(200)
- 109、什么叫无原告重婚案……………(201)
- 110、我国婚姻趋势展望……………(202)
- 111、均等族——家庭新趋势……………(203)
- 112、美国开办代理妻子服务公司……………(204)
- 113、城市家庭经历着“职能转换”……………(205)

下篇 生男育女悄悄话

- 1、探索优生的奥秘……………(209)
- 2、优生的第一关是什么……………(209)
- 3、优生四步曲……………(210)
- 4、什么年龄结婚生育最佳……………(211)
- 5、如何选择受孕时机……………(211)
- 6、传统中医论性生活与优生……………(213)
- 7、妻子受孕前丈夫应注意什么……………(216)
- 8、丈夫在优生中的作用……………(217)
- 9、什么是人体优生钟……………(218)
- 10、利用生物节律指导优生……………(219)
- 11、怀孕季节与优生有关……………(220)
- 12、维生素与优生有关……………(220)
- 13、周文王胎教之法……………(221)
- 14、孕妇情绪好,胎儿才健壮……………(222)
- 15、孕妇扮得靓,娃娃生得美……………(222)
- 16、夫妻体高悬殊大,孩子牙齿排列错乱…(223)
- 17、风湿性心脏病者妊娠须慎重……………(223)
- 18、盲目保胎不利优生……………(224)
- 19、畸形儿与出生的季节有关……………(225)
- 20、防止病残儿降生十诀……………(226)
- 21、孕期保健指南……………(227)

- 22、孕妇不宜服用的中药……………(227)
- 23、怀孕时体重增加多少为宜……………(228)
- 24、孕妇不宜过多服用维生素B₆……………(228)
- 25、丈夫用药不当也可致胎儿畸形……………(229)
- 26、孕妇为什么会流产……………(230)
- 27、育龄妇女作X线检查须知……………(230)
- 28、怀孕初期不宜多看电视……………(231)
- 29、孕妇睡眠最佳姿势……………(231)
- 30、孕妇不宜走动过多……………(232)
- 31、剖腹产并非好方法……………(232)
- 32、孕妇养猫对胎儿有害……………(234)
- 33、精神病人最好不要生育……………(234)
- 34、新生儿十分钟教育法……………(235)
- 35、宝宝的肚子为何发胀……………(236)
- 36、给宝宝取名字的艺术……………(236)
- 37、治产后缺乳中药两方……………(237)
- 38、如何使你的孩子满头秀发……………(238)
- 39、婴儿仰睡容貌美……………(239)
- 40、哪些人不宜当保姆……………(239)
- 41、响声玩具对婴儿健康有害……………(240)
- 42、挤婴儿乳房危险……………(240)
- 43、幼儿驼背要及早矫正……………(240)
- 44、改变孩子偏食的方法……………(241)

- 45、小儿久坐便盆易脱肛……………(242)
- 46、幼儿穿衣有学问……………(243)
- 47、让孩子打赤脚有好处……………(243)
- 48、怎样选择孩子入学最佳年龄……………(244)
- 49、如何与子女更亲近……………(245)
- 50、正确对待孩子的性好奇……………(246)
- 51、家庭噪音影响孩子身心健康……………(247)
- 52、教育培养孩子四法……………(248)
- 53、怎样对待“第一反抗期”的孩子……………(249)