



我觉得这个**世界上**只剩下我自己了
喜欢她就可以**亲他**吗？

为什么有时**小辣椒**会变大？

总是梦见女人

我长大了以后**干什么**好呢？



进入 青春期的 奇遇

[韩] 我们的世界/文 江德贤/图
崔莲花/译

只有**男孩子**才做的手术？

为什么会长毛？

我想**离家**出走 什么样的朋友才是**好朋友**？

她要是**只喜欢**我就好了
我**害怕**被强奸

触摸**小辣椒**，**感觉**很好

青春痘就像跟我有仇一样



中央编译出版社

CENTRAL COMPILATION & TRANSLATION PRESS

© 우리누리 1999

Simplified Chinese characters edition arranged with Samseong Publishing Co.,
Ltd, Seoul through Carrot Korea Agency, Seoul.

本书中文简体版由韩国三省出版社授权中央编译出版社独家出版发行。版权
所有,未经许可,不得翻印。

图书在版编目(CIP)数据

进入青春期的奇遇/(韩)“我们的世界”编写组著;崔莲花译.

—北京:中央编译出版社,2002

ISBN 7-80109-612-6

I. 进…

II. ①我…②崔…

III. 青春期—健康教育—普及读物

IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 078534 号

进入青春期的奇遇

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西单西斜街36号(100032)

电 话: 66521270, 66521152 (编辑部) 66171396 (发行部)

E mail: edit@cctpbook.com

网 址: <http://www.cctp.com.cn>

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京翔利彩印有限责任公司

开 本: 787 × 1092 毫米 1/16

字 数: 60 千字

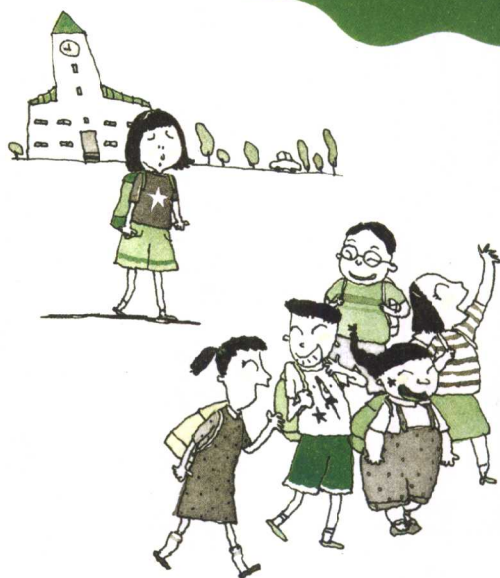
印 张: 13

版 次: 2003年1月第1版第1次印刷

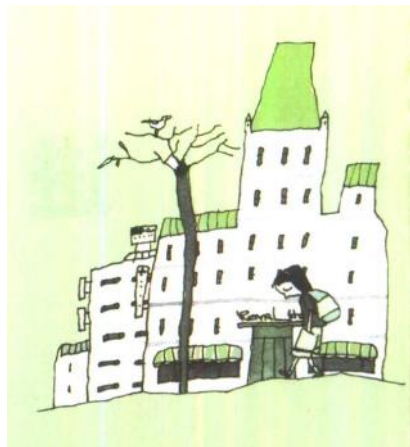
定 价: 19.80元

进入青春期的

奇遇



写给处在青春期的 朋友们



我们一无所有地来到这个世界上，在父母和大人们的照顾下长大。

大概从两岁开始，我们可以自己走路了；三四岁的时候，我们可以说话了；再大一点，我们能够不垫尿布，也不把裤子弄脏，不用妈妈帮忙，也可以用筷子和勺子自己吃饭；不久后，我们上小学了。

大家还记得自己刚上小学时的样子吗？

像一群小鸡一样，走进教室的时候排着队说着“老师，您好！”，“同学，你好！”



那个时候，大家对于父母和老师的话，都是毫无疑问地点头答应。

可不知从什么时候起，大家觉得父母和老师说的话很烦。

有时因为大人们总是重复同样的话而感到厌烦，有时因为他们过多地干涉自己的生活而生气，有时候还有离开父母生活或者不想上学的冲动。

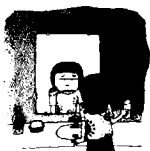
如果你曾经有过这些感受，那就说明你正处在青春期。

可到底青春期是什么呢？觉得什么都很烦就是青春期吗？或者身上开始长毛，嗓子开始变粗就是青春期吗？

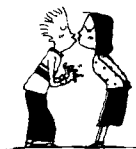
这本书正是为了为大家解答“青春期是什么”这个问题而写的，我们希望通过这本书告诉大家，当处在青春期的时候应该怎样做。

大家如果能够怀着好奇心，细细读完这本书，可能就觉得青春期不再陌生了。

目录



- 1 他们说，我现在是青春期 /6
- 2 我觉得这个世界上只剩下我自己了 /12
- 3 我是谁呢？ /18
- 4 父母为什么不能理解我们？ /24
- 5 我是孩子？还是大人？ /30
- 6 为什么要结婚？ /34
- 7 我想了解关于“性”的知识 /38
- 8 孩子是怎样出生的？ /44
- 9 难道……爸爸妈妈也？ /50
- 10 为什么有时小辣椒会变大？ /56
- 11 触摸生殖器，感觉很好 /62
- 12 总是梦见女人 /68
- 13 我想看低俗的录像 /72
- 14 喜欢她就可以亲她吗？ /76
- 15 我害怕被强奸 /80
- 16 她要是只喜欢我就好了 /86
- 17 女孩子喜欢什么类型的男孩子？ /90
- 18 男孩子喜欢什么类型的女孩子？ /94
- 19 为什么胸部会耸起，还会疼呢？ /98
- 20 为什么会来月经？ /104



21 青春痘就像跟我有仇一样 /110



22 嗓音变粗了 /114

23 为什么会长毛? /118

24 只有男孩子才做的手术? /122

25 活着真没意思 /126

26 为什么我出生在这样一个家庭里? /132



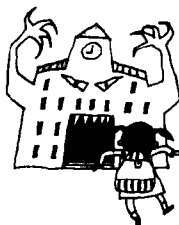
27 总想跟妈妈顶嘴 /138

28 我想离家出走 /142

29 想和爸爸妈妈生活在一起 /146

30 一定要学习吗? /150

31 真的不想上学 /156



32 为什么老师不公平? /160

33 朋友们都讨厌我 /164

34 我长大了以后干什么好呢? /170

35 我什么都做不好 /176

36 我为什么长得这么丑? /180

37 个子小真让我烦恼 /186

38 什么样的朋友才是好朋友? /192

39 怎么与朋友和好? /198



40 为什么我们不能抽烟? /202

他们说，我现在是青春期

最近，我对一些很小的事也会感到厌烦，反应很敏感。

我看见我最好的朋友秀燕和英淑玩的时候，就会嫉妒，妈妈一叫我的名字，就觉得很烦。

但是最生气的还是因为我自己。

如果比现在更瘦一点，脸上肉再少一点，眼睛再大一点就好了……

时不时地我就会突然发火，我自己也不知道为什么，如果我还能再冷静一点就好了。

但是我的这些愿望都只是我的愿望而已。

我的长相，昨天和今天毫无变化，我还是会毫无理由地发火，有时候还想哭。

朋友和家人跟我说，你现在是青春期。

我真的是因为青春期才这样吗？



解决1

我现在是青春期？

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，“我是不是青春期呢？”“我可能处在青春期才这样。”

那么，青春期是什么呢？

青春期是指青年时期的初期，这个时期是身体上的发育很快，精神上也有很大的变化的时期。

身体上的变化包括女孩子的胸部逐渐变大，男孩子的嗓音变粗，并且逐渐出现阴毛等性特征。

精神上的变化包括自我意识增强，有强烈的否定现实的愿望，想反抗家庭和学校生活。自己的愿望不能实现的时候，时常会陷入孤独和忧郁当中。有时觉得自己已经是大人了，但别人还把自己当成是小孩儿，自尊心就会受到伤害。

从现在开始，我们详细介绍一下青春期身体上和精神上发生的变化。



解决2

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成长，第一次是出生后到2岁左右，然后就是青春期。身体上的发育比较快的人，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，不仅是个子会长高，体重会增加，肌肉、骨骼、生殖器官等的生长也会加快，随之身材也会发生变化。

男孩子随着个子长高，开始有阴毛，并会经历遗精。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，身材上也会有变化。骨骼和肌肉会更发达，肩膀变宽，胸部和腿上会长出体毛，还有，也会长青春痘。

女孩子的胸部会变大，并长出阴毛，还要经历初经。与男孩子的身材相比，女孩子的肩比较窄，臀部比较丰满。

这些变化大部分都是荷尔蒙的影响。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”。人出生的时候就有的各自不同的生殖器，叫做“第一性征”，而青春期的时候，性别上的差异会加大。这些变化出现的时间因人而异。

解决3

青春期精神上的变化

对自我的定位

自我定位指的是将个人的多种身份，如儿子、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。首先，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。

经历情绪上的变化

青春期的人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。

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大人的干涉和照顾，像大人一样独立，所以他们经常很烦恼，并且反对大人的决定。这些现象都是青春期发生的正常现象。

开始关注异性

处在青春期，对于异性的关注会逐渐增多，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。

解决4

第二次诞生

每一个人的青春期的具体时间都不一样,已经进入青春期的很多人都不知道自己什么时候进入了青春期。就像每个人的长相各有不同,每个人也有各自进入青春期的时间。

青春期的人正处在为自己的未来作出重要选择的时期,不同的青春期的经历会有不同的人生。

青春期又被称作“第二次诞生”,如果说一个人来到这个世界上是第一次诞生,那么青春期就可以说是一个人的第二次诞生。

但是第二次诞生的过程虽然美丽,却伴随着痛苦。有时需要承认自己的懦弱与其貌不扬,有时会因为怕受到伤害而感到不安,有时想按照自己的意志做事,自己负起责任,但很多时候都会失败。总的来说,被否定的时候要比被肯定的时候多,但就是在这样的过程中,一个人才会逐渐成熟,成为大人。要成为真正的成年人,就必须经历很多事情。

生活的主角是自己,最值得信赖和最应该爱护的也是自己。虽然现在还看不到这条路的尽头,也无法说明什么,但是勇敢地走过青春期的人一定可以骄傲地回望自己走过的路。



我觉得这个世界上只 剩下我自己了

今天中午。

我和朋友们一起去吃饭，不知为什么，只有我一个人被落在了后面。但朋友们好像不知道他们丢下了我，只顾着说笑，没有一个人回过头来看看我。

吃饭的时候我一句话都没说，可也没有人和我搭话，一个也没有。

这时，我的脑海里浮现出了“孤独”这个字眼。

“只有我自己。”

仔细想一想，最近不管是在学校还是在家里，我经常会觉得自已很孤独。

爸爸妈妈也不像以前那么爱我了，有时我甚至觉得他们是和我毫

不相干的人。

如果和朋友们说这些话，他们会笑话我吧。

真闷。

已经关灯了，可是一点都不想睡。

昨天也是这样，前天也是这样……

为什么呢？为什么我总觉得这个世界上只剩下我自己了呢？



解决1

孤独的真面目就是叫做“青春期”的魔法

“这个世界上没有一个人能理解我。”

“我很孤独。”

或许你也有这样的想法吧？那就表明你已经进入青春期了，不，应该说遭遇了青春期这个魔法。

到了青春期，生活上会有很多变化，不仅是身体上的变化，精神上也会逐渐成熟。

与父母的意见经常会有冲突，渴望独立，喜欢结交新的朋友，尤其是想和自己喜欢的异性交朋友。

不仅是这些，时常会觉得自己“现在是大人了”，想像大人那样行动，并且想拥有自己的世界。

青春期的这些精神上和身体上的变化，使人感到好像生活在与自己以前的生活环境完全不同的地方。

有一天，突然发现自己的世界与以前完全不同。

这个时候也就是一个少年或少女变成一个男人或女人的时候。

那时候大家都很惊慌吧，那些变化有时很快，有时很慢，尤其是感情上的变化是悄悄发生的，所以自己也找不到控制的办法。

解决2

不能摆脱寂寞吗？

你说你总有一种被抛弃的感觉？

你说你想摆脱寂寞？那么，请你首先认清你自己。

你可能对自己现在的一切都不满意，但是在这个年龄每个人都是这样的，谁也没有办法，只能默默忍受。

你说你想改变这种状况，但结果却总是让你失望？不要太失望，现在你所遭遇的青春魔法，只要忍耐和等待，就会消除，你就可以摆脱现在这种孤独寂寞的状态。

