



男孩真实倾诉
主持人全情关怀

少男少女精品珍藏

● 卞庆奎 / 著

心灵呼唤

男生的SOS

情感困惑

QingGanKunHuo

心理烦恼

XinLiFanNao

生理奥秘

ShengLiAoMi



中国三峡出版社



0940307

少 男 少 女 精 品 珍 藏

● 卞庆奎 / 著

心灵寻呼

男生的SOS



中国三峡出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心灵寻呼 男生的 SOS/卞庆奎著. —北京:中国三峡出版社,2002.6

ISBN 7-80099-599-2

I. 心 ... II. 卞 ... III. 男性—中学生—心理卫生
IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 016990 号

中国三峡出版社出版发行

(北京市海淀区太平路 23 号院 12 号楼 100036)

电话:(010)68218553 51933037(发行部)

51933087(二编室)

<http://www.e-zgsx.com>

E-mail: sanxiab@sina.com

蓟州印务有限公司印刷 新华书店经销

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 6 月第 1 次印刷

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 9

字数: 179 千 印数: 1—10000 册

ISBN7-80099-599-2 / C·47 定价: 16.00 元

写在前面

X I E Z A I Q I A N M I A N

作为一名编辑，总希望自己主持的栏目能受到更多读者的关注；作为一名作家，总希望自己的作品能引起更多读者的共鸣。总之，无论编辑还是作家，都没有比收到读者来信更为之欣慰、为之兴奋的事了，那怕是一些批评来信。

可是，在《青少年与健康》杂志主持“心灵寻呼”栏目，我收到成千上万的读者来信。心里却是沉甸甸的，面对少男少女一封封求助信，我仿佛听到了他们的一声声呼唤，仿佛看到他们一双双迷茫而渴求的眼睛。因为我也年轻过，我也困惑过，我也迷茫过，所以我更能体会少男少女此时此刻的心情，所以我感到肩上担子的沉重，所以我夜以继日、马不停蹄地给青少年朋友回信，惟恐辜负了他们的一片期望。可是由于时间和精力所限，我无法满足每一位读者朋友的愿望，另外，受杂志版面的限制，我也只能就大家一些共性的疑难问题做一个综合回复。这也就不可避

HA056/05

免地给读者朋友带来诸多遗憾。

《心灵寻呼——男生的sos》一书的出版，一方面能满足更多读者的需求；另一方面也了却了我多年的一个心愿。

日子天天过，烦恼时时有。亲爱的中学生朋友，你过得还好吗？如果你心中有什么解不开的疙瘩，千万别忘了告诉我。（来信请寄：100025 北京慈云寺邮局030信箱 卞庆奎 收 E-mail: bk88@163.net）让我们携起手来，有困难共同克服，有快乐一起分享！

卞庆奎



Contents

1. 情感困惑



1

- 3 女生喜欢什么样的男生?
- 6 多看几眼女孩是道德败坏吗?
- 8 我们的友谊被误解成“早恋”
- 11 两个女生想和我交朋友,我该怎么办?
- 13 分手后的女友想与我和好
- 16 爱上了“他”,我们会有美好的结局吗?
- 23 我受到了她的拒绝,怎么办?
- 27 我一直默默地喜欢一个女同学,现在要毕业了,我该不该跟她说?
- 30 一个女孩总让我陪她看电影,怎么办?
- 33 女朋友为什么不说爱我?
- 36 喜欢上邻家女孩,我该怎么办?
- 38 不小心偷尝了“禁果”
- 43 女朋友另有所爱,我如何摆脱痛苦?



Contents



- 47 爱上女老师，我在劫难逃
- 51 在女孩眼中，我怎么竟成了大流氓了？
- 56 老师将要结婚，我们觉得很失落，怎么办？
- 59 为了妈妈，我想去打工
- 62 母亲去世后，父亲心情不好，该怎样劝慰他？
- 65 几个同学到家里来玩儿，被我妈妈赶走了，我好没面子
- 68 我不是差生，父母凭什么打我？
- 70 考不出爸妈所要的成绩怎么办？
- 74 不想上大学，父母会不会理解我呢？
- 80 爸爸非要赶鸭子上架，我可怎么办？
- 85 如何对待与朋友的争吵？

2. 心理烦恼



89

- 91 家长反对我学吉它，怎么办？
- 94 从家里偷了钱，我成天提心吊胆



Contents



- 97 老师经常对我们发脾气，怎么办？
- 100 老师对我有偏见，我听不进他的课
- 103 我该不该给教师送礼？
- 107 我是班长，在同学关系与老师期望中我左右为难
- 110 老同学总来找我玩儿，耽误了我的学习，我该怎么办？
- 113 班里的同学用我的名字的谐音取笑我，我该怎么办呢？
- 116 想找知心朋友，可觉得班上的同学格调太低，怎么办？
- 119 我这次考试发挥得很好，同学们冷嘲热讽，怎么办？
- 122 同桌生病了，不知道怎样去看他？
- 126 同学邀请我吃西餐，可是我担心会“出洋相”
- 132 作为班长，我该怎样对待班里的小圈子？
- 135 我是班长，可我不能处处给同学做榜样
- 138 为什么大家总是看不起我？
- 141 在农村长大的我进城后不敢与同学说话
- 144 开考前为何总想要“方便”？
- 146 我好害怕高考失败



Contents



- 149** 高考就要来临，我怎样做才不会怯场？
- 154** 我是学习委员，考试压力特别大，人也神经质了，该怎么办？
- 157** 我是体育专业学生，文化成绩不合格让我好为难
- 159** 我总是将自己搞得太紧张
- 162** 一个害怕竞争的男孩
- 165** 为什么总是怀疑自己的能力？
- 169** 我的坏脾气怎么老是改不掉？
- 172** 不知为什么，我现在对什么都感到厌倦
- 175** 最近怎么总是心神不定？
- 178** 爱钻“牛角尖”也有错吗？
- 182** 我不知道活着为了什么？
- 185** 该不该帮助我的同桌？
- 188** 抽烟时我就觉得自己像个大人，可是我怕被老师发现
- 191** 不知道怎样交笔友
- 194** 公共场合我说不好话





Contents

- 197 面临求职，我如何推销自己？
- 200 总觉得自己不如别人，我该怎么办？
- 203 为什么总是生别人的气？
- 205 离家出走，是否太冲动了？
- 208 我是不是过于敏感？
- 211 放学路上遭暴力威胁，我该怎么办？
- 215 男生可不可以流泪？
- 218 只有病人才可以心理咨询吗？
- 221 我是不是患了抑郁症？
- 224 性梦醒来，我心惊肉跳
- 229 面对性饥渴，我无所适从
- 232 看了女人裸体照，我心烦意乱

3. 生理奥秘



239

- 241 为什么一见女孩脸就红？
- 244 我的声音怎么变得怪怪的？



Contents



- 247** 打鼾让室友好讨厌
- 250** 同学们笑我是“武大郎”，我真的生不如死
- 253** 为什么我的阴茎比别人小？
- 256** 我身上体毛较多，同学们说我像猿猴，我该怎么办？
- 258** 我的阴毛比别人少，这是不是一种病？
- 260** “小鸡鸡”为何不听话？
- 263** 我是不是开始排精了，别的男生也和我一样吗？
- 266** 男孩洗下身是多此一举吗？
- 268** 频繁遗精让我好困惑
- 272** 大便的时候，尿道口怎么会有白色的液体溢出？
- 274** 我的乳房怎么越来越疼痛？
- 276** 肛周瘙痒让我无法忍受

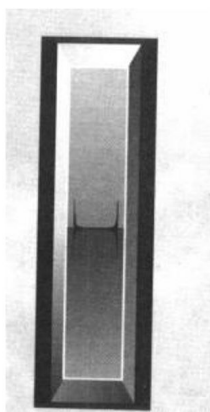




心灵寻呼

XINLINGXUNHU — NANSHENGDESOS

男生的 SOS



情感困惑

QINGGANKUNHUO



灵寻呼：

I 女生喜欢什么样的男生？

我是一位初三学生，最近我发现班上好多男生都在有意无意地打扮自己，说是只有这样，女生才会喜欢。真是这样的吗？

江苏 晓林

友情回复：外表与内在形象相结合

男孩都希望在女孩心目中留下英俊潇洒的印象，当开始意识到自己是“大人”之后，很想把自己装扮成一个男子汉大丈夫，同时他们也希望成为女孩佩服尊重的朋友。要真正实现这一目的，请男孩从以下几点做起：

1. 真正尊重女孩：男孩女孩只有性别差异并无高低之分，互相间应保持平等关系。比如文体活动、劳动卫生活动、学习竞赛活动都要充分体现出对女孩的尊重。有些男孩见女孩在班上出类拔萃，便表露出不以为然的态度；见女孩在班上名落孙山了，则表露出鄙夷之色，这是很让女孩反感的。

2. 不做花花公子：进入青春期之后，男孩开始追求潇



酒、气派、魅力,但又不明白这些字眼的真正涵义,而刻意模仿那些张狂、浮华、刁蛮之徒。比如有些男孩从蓄发留须、抽烟斟酒开始,一直到吆三喝四斗殴闹事,以为这样一来便成了英雄豪杰,便会受到女孩的注目。殊不知,这会令女孩格外讨厌和害怕。

3. 不侵扰女孩的“禁区”:女孩有封闭心理,也有许多不容男孩窥知的隐秘。男孩不要在此方面表现出太多的好奇心,不要追三问四,津津乐道。比如女孩的年龄、家庭状况、亲戚关系、善恶习惯等,男孩都不要过分关心,许多女孩是不喜欢男孩对她说长道短的。女孩作为异性形象,更有男孩不容涉足的领域。男孩若不识相、不知趣,同样会被女孩看轻。

4. 不要对女孩有“异心”:有些男孩一厢情愿地认为:我对女孩有情,她自会对我有意。其实,进入青春期的女孩虽有爱的渴慕,但多半只是些梦幻式的。她们并不希望付诸行动,甚至把现实中的恋爱视为“羞耻”。她们有时也欣赏男孩,甚至希望接近男孩,而一旦真的有人要与她“恋爱”,她会震惊不已,难于接受。结果会使本来很好的关系弄尴尬了,影响男孩的自身形象。

5. 培育粗放刚强的风度:女性特点是细腻温柔,男性特点是粗放刚强。所以男孩在待人处世、行为方式、举止动作上要努力显示男性的特点,这在女孩眼里便是一种男性美。粗放就是大度、洒脱、目光远大,不计较个人得失,情绪稳定、热情开朗。刚强就是耿直、坚毅、不屈不挠,表现出顽强的韧劲,有很强的自信心和男子汉进取的精神。

6. 注重内在形象塑造:真正的男子汉就应内涵丰厚、



智慧超人、才能卓越。一个平平庸庸、碌碌无为的男孩，即使他表面强大，也是外强中干。所以男孩应学好知识，练就过硬本领，增加自己的分量。

经典赠言：

人的美的可爱，不仅仅是由于他的容貌，首先决定于他的精神面貌。





灵寻呼：

多看几眼女孩是道德败坏吗？

我是一位初二男生，不知为什么，最近我的目光不知不觉中被一些女孩所吸引，特别是对一位特别漂亮的女孩，我总想多看几眼。可是我又担心我的这一举动让别人发现，说我是道德败坏，我该怎么办？

江苏 何灵

友

情回复：真理向前跨过半步就是谬误。

这是一个敏感的、常常遇到的问题。少男少女处于青春萌动期，性心理和性意识进一步成熟，他们更加注意异性，喜欢同异性接触，这是随着生长发育带来的变化，是正常的变化。

在日常的生活中，许多人见到美貌的异性，内心很希望多看几眼，频频投去注视的目光，顾盼有加。这种心理的不平衡曾引起过争论，有人认为，每个人都应该有自己的尊严，过多地注视不相识的异性，不是什么好事。也有人认为，社会的道德观念随着社会的进步而不断发生变化，现

