

爱情讲义

青春期两性情感辅导
教师用书

戴耀红 沈俊佳 主编

 复旦大学出版社

市教育科学研究项目：青春期两性情感辅导的实践与研究
基金资助项目：中学生青春情感辅导的实践与研究

爱情讲义

青春期两性情感辅导
教师用书

主编 戴耀红 沈俊佳

编委（按音序排名）

陈洁	刘冬梅	李黎	王佳轶
徐隽	殷春蕾	杨静	杨岚
朱炜	张莹	周逸凌	

图书在版编目(CIP)数据

爱情讲义:青春期两性情感辅导教师用书/戴耀红,沈俊佳主编.

—上海:复旦大学出版社,2013.11

ISBN 978-7-309-10057-0

I. 爱… II. ①戴…②沈… III. 情感教育-中学-教学参考资料 IV. G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 219017 号

爱情讲义:青春期两性情感辅导教师用书

戴耀红 沈俊佳 主编

责任编辑/关春巧

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 890 × 1240 1/32 印张 6.25 字数 117 千

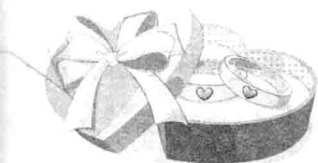
2013 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-10057-0/G · 1233

定价:18.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究



序：关于《爱情讲义》

何为“讲义”？老师为讲课而编写的教材或资料。何为“爱情讲义”？为了讲“爱情”这一门学科而编写的教材。

“爱情”是一门学科吗？是的！“爱情”是人类特有的最美好的情感之一，因为它是我们建立幸福家庭的基础，是幸福生活的重要组成部分。每个人都渴望自己能拥有爱情，但不是每个人都能拥有爱情。“爱情很美好，相爱需学习”，如何才能拥有爱情是需要学习的。尤其是对于处于青春期的孩子们来说，他们的性意识不断增强，他们开始思考爱情，向往爱情，所以这个特殊的阶段，是他们学习并提高爱的能力的重要时期。在这个阶段学习如何去爱，对他们将来拥有幸福的婚姻和家庭是有好处的。因此，教育者要抓住这个关键期，像指导孩子们学习文化知识一样，指导他们如何去爱，如何让自己更值得被爱。

《爱情讲义》主要为班主任和心理老师开展爱情教育提供参考，由“青春期两性情感教育教案汇编”和“青春期两性情感教育案





例汇编”两部分组成。

虽然每个人对爱情都有自己的理解,但是作为教师来说,在开展青春期两性情感教育的时候还是应该遵循主流的价值观。

针对青春期学生的特点,我们希望通过教学让同学们对于爱情有初步的了解,知道爱情是美好的,而在获得美好爱情之前,我们需要学习,需要耐心等待,需要不断完善自己。同时,我们也希望同学们知道,相爱的过程中也会有挫折,正确处理这些挫折,会让自己获得成长与提升。

根据这一理念,我们将“青春期两性情感教育教案汇编”分为五个篇章,分别为:爱是幸福,爱是自我完善,爱需要等待,爱需要学习,爱是成长。在每个篇章的开头,都对这个篇章要表达的主要思想以及教学内容做了阐述,然后根据教学内容选择四篇教案,这四篇教案分别来自初高中的班主任老师和心理老师,以主题班会课和心理课的形式,着重培养学生爱的能力。

这些教案是提供者根据自己学生的特点设计的,并未涵盖所有的教学内容。建议老师们在使用《爱情讲义》的时候,先阅读每个篇章的说明部分,了解本篇章要表达的理念和主要的教学内容,选择需要的内容开展教育。讲义中的教案只是提供参考,老师们不必拘泥于此,可以结合学生的特点,自由选择教育主题以及相关活动。

《爱情讲义》的第二部分是“青春期两性情感教育案例汇编”,收录了十名初高中班主任、心理老师提供的青春期两性辅导个案。



进入青春期以后，孩子们经常会由于处理不好两性情感的问题而产生困惑，影响正常的学习生活，也让老师和家长们担心、焦虑。《爱情讲义》中收录的个案都来自于老师们工作中遇到的真实事件，为了保护隐私，凡是牵涉到的同学，都使用了假名。在这些生动、活泼、可读性较强的个案中，老师们充满智慧地引导着学生如何合理把握情感，如何学习健康的交往方式，如何表达自己的情感以及如何应对情感危机等。

我们欣喜地发现，老师们开展两性情感辅导的理念正在发生变化，他们已经意识到，青春期两性情感是孩子们正常的心理需求，从而改变原有的否定性、排斥性的教育模式为从正视和善待的角度提出肯定性、接纳性的策略，从关注学生未来幸福的角度出发，善待青春恋，使预防青春问题、干预青春危机的教育更新为青春幸福成长的辅导。

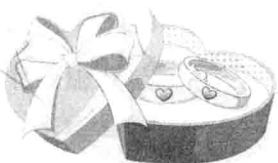
当然，具体问题需要具体分析，每个学生都是独一无二的，个案中提到的一些辅导方法并不能照搬照抄，但是，文中所体现的基本理念和一些基本原则还是共通的，将为老师们如何正确处理学生的两性情感问题提供借鉴。

编写这样一本讲义，对于我们来说是一种初次尝试，其中不可避免地会存在一些问题，希望得到老师们的批评与指正。

《青春期两性情感辅导的实践研究》课题组

2013年6月





目 录

上编 青春期两性情感教育教案汇编

爱是幸福	沈俊佳 / 3
问世间爱为何物(主题班会课)	李浪浪 / 6
最浪漫的事(心理辅导课)	沈俊佳 / 13
我们在恋爱(主题班会课)	王学军 / 18
爱的旋律(心理辅导课)	周逸凌 / 23
爱是自我完善	张 莹 / 27
走进花季(主题班会课)	高 敏 / 30
爱如一首四季的歌(心理辅导课)	张 莹 / 39
拿什么来爱你(主题班会课)	张筠韵 / 44
爱让我如此完美(心理辅导课)	陈 媛 / 50





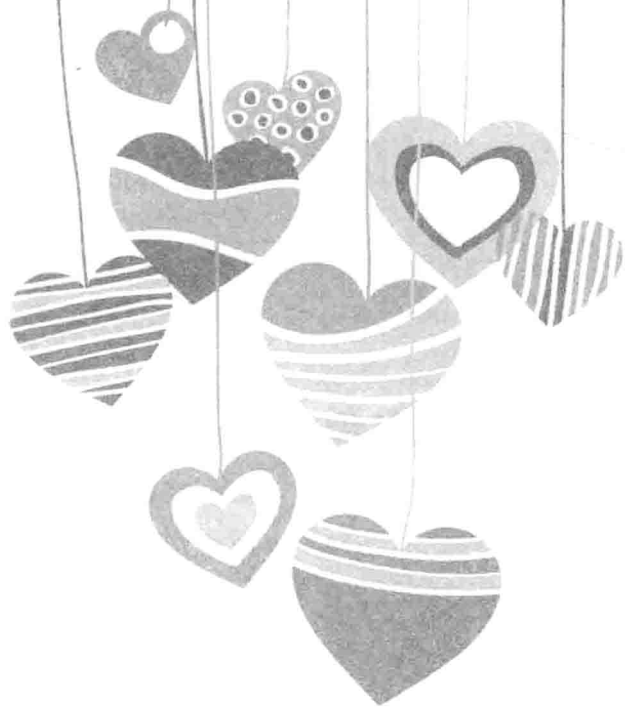
爱需要等待	朱 炜 / 57
静心等花开(主题班会课)	游蓓菡 / 60
等待爱情(心理辅导课)	王文婧 / 67
喜欢的人,远远地看(主题班会课)	王佳轶 / 75
请为我守候(心理辅导课)	刘轶敏 / 79
 爱需要学习	刘冬梅 / 86
青春的色彩(主题班会课)	茹 佳 / 89
让我们一起同行(心理辅导课)	朱 炜 / 95
爱是什么(主题班会课)	张红霞 / 100
相爱需要学习(心理辅导课)	刘冬梅 / 103
 爱是成长	周逸凌 / 108
看似风雨也是情(主题班会课)	周颖隽 / 111
春天的心事(心理辅导课)	沈燕霞 / 115
爱,握在你手中(主题班会课)	武颂华 / 121
情窦初开时(心理辅导课)	周逸凌 / 129

下编 青春期两性情感教育案例汇编

爱,也可以是守护	丁慧群 / 137
绯闻缠身	张 莹 / 141



聆听花开的声音	卢 怡 / 147
化爱能为动能	宗晓芳 / 152
我的歌声里	顾 敏 / 157
爱的补偿	方 宁 / 163
花季·雨季	陈 英 / 167
静水深流	王建业 / 172
爱的天平	秦 亮 / 179
“缺爱”寻爱	张之茵 / 184



上编

青春期两性情感教育教案汇编



爱是幸福

进入青春期的孩子对异性产生好感,开始向往爱情,这是他们身心发展到一定阶段必然会产生的一种需要。当然这种好感和向往未必就是真正的爱情,但至少是爱情的启蒙阶段,所以青春期是对孩子们开展爱情教育的关键时期,如果在这个时期能够让孩子们学会爱,学会在合适的时候拥有幸福的爱情,对于他们的未来发展和婚姻幸福是非常有利的。

要学会怎样去爱,就要了解什么是爱。爱情是什么?“相爱不是一种状态,而是一种逐渐演变的过程。”意大利社会心理学家弗朗西斯科·阿尔贝托尼(Francesco Alberoni)在他的著作《爱的撞击》中这样说。事实上,对爱情的具体定义虽然有所不同,但是在各种研究中,人们对于爱情发展阶段的认识却是相同的,都不约而同地把爱情的发展归纳为三个基础阶段:浪漫激情—发现差异—重新结合。



虽然这是爱情发展的基本阶段,但并不意味着所有人的爱情都会千篇一律。每个人都是带着自己的独特经历进入爱情当中,由于种种内在的、外在的原因,每个人经历爱情的过程是不同的,有的人可能经历了若干段感情,但不完整,有的人全都经历了,但中间有反复,有的人只经历了一部分,甚至有的人从未经历过,而且每个阶段之间转换所需的时间各不相同,也因人而异。

作为教育者来说,应该让学生知道一段完整的感情是如何发展的,让他们知道不同阶段的爱情有什么特点,体会到每一个阶段都有各自的美,都是幸福的。

浪漫激情阶段的爱情热烈而单纯,两个相爱的人满足于花前月下的互诉衷肠。对他们来说,每一次分离都是痛苦,每一次相见都是幸福,感觉对方就是自己一直等待的人,就是那个能带给自己幸福的人,和他(她)相处有无尽的乐趣,唯一的愿望就是和他(她)永远在一起。这段甜蜜的时光令人心醉也转瞬即逝。

一旦感情稳定下来以后,双方会自然而然地回到现实。柴米油盐的琐碎会让两个人从云端坠入凡间。曾经只看见契合之处的两个人,会慢慢开始发现彼此的差异。每个人都开始显露出各自性格的不同面。大多数人都把浪漫当成爱情的标志,所以,我们总觉得刚开始时的那段柔情蜜意的时光才是爱情。一旦出现差异,就觉得爱情是不是结束了。其实对于两个独立的人来讲,个体的差异是客观存在的。只有发现差异,并相互磨合,相互适应,相互包容,这样的情感才更加稳固,所以这个阶段是爱情发展的重要



阶段。

度过了发现差异的阶段以后,爱情变得平静。虽然可能也会有争吵,但是,相爱的两个人已经学会包容分歧,找到了合理的调节方式。他们相互扶持,相互关爱,他(她)是对方的一部分,是亲人,虽然不再激情澎湃,但是浓浓的情意流淌在生活的各个细节,平淡而深厚。这是爱情最后的归宿,也是爱情的升华,如秋天的果实般朴实,让我们的生命有所依托,让我们感受到生活的真实与美好!

受年龄和社会阅历的限制,要让孩子们理解这些内容是有困难的。因为他们目前不可能有切身的体会来感受不同阶段的爱情,所以只能通过我们的教育,尽量让孩子们体验、感悟。教育的方式其实可以是多种多样的,包括主题班会课、主题教育课、心理辅导课,甚至心理剧、影视欣赏课等都可以。要注意的是,无论形式怎样,我们的内容应该是具体的,体现主流价值观的,而且,孩子们对爱情已经开始了自己的思考,他们有自己的见解,我们在教学中要尊重他们,鼓励他们充分发表自己的意见,从中发现问题,并用合适的方式加以引导。

(上海市辽阳中学 沈俊佳)



问世间爱为何物 (主题班会课)

教学目标

- 一、学会正确看待青春期对异性的好感。
- 二、让学生正确理解爱的内涵,学会怎样去爱。

教学内容

一、准备:

(一)ppt 制作;(二)事例材料;(三)小品排练、道具、服装等。

二、过程:

(一)爱之赞歌

1. 歌曲《爱是 LOVE》导入,展示 ppt 背景“爱”。

2. 教师引出话题:爱是情感的精神追求。它是一种独特的、唯美的、纯粹的、生命的热舞。爱情一直是人类传唱不衰、古老而又新鲜的永恒话题,爱情在每个人身上都会有不同的故事版本,或



简单、或曲折、或质朴、或热情，每个人一生都会经历爱情。爱或是行云流水、激情澎湃，又或是诗情画意、温馨浪漫。那么，爱，究竟是什么？

3. 同学列举文学作品里的爱情及爱情故事：《卜算子》、《蝶恋花》、《无题》、《罗密欧与朱丽叶》、《梁山伯与祝英台》、《牛郎织女》、《董永与七仙女》……

4. 教师总结：这些地老天荒，海枯石烂，由爱情而演绎的故事，是那样惊心动魄，荡气回肠！当你们逐渐长大，会发现爱情也在你们内心慢慢地萌芽。你们心里有什么感受？是羞涩，是兴奋，还是期盼，抑或是怨恨？不管是什么感受，我们都无法回避，因为这是我们一生中最美好的情感！

（二）懵懂之爱

1. 小品展示

故事背景：英俊帅气的小布全家搬到小镇，邻家女孩朱丽前来帮忙。她对小布一见钟情。两人是同班同学，她一直想方设法接近小布，幻想着能和他在一起，但是他避之不及。

表演场景一：他们家门口有一棵大梧桐树，朱丽喜欢爬在高高的梧桐树上看风景。可是有一天，由于要施工，树要被砍掉，朱丽誓死捍卫，并希望小布和她并肩作战，但是小布退缩了。

表演场景二：朱丽凭借鸡下蛋的项目获得了科技展第一名，成了全校焦点，令小布也黯然失色。朱丽把自家鸡蛋送给小布，但小布听家人的话，怀疑她家鸡蛋不卫生，便偷偷把鸡蛋丢掉。但在



次丢鸡蛋时被折回的朱丽看到并得知真相，朱丽很伤心，并开始审视自己对小布的感情，思考小布这样的人值不值得自己喜欢。朱丽心中的情感逐渐归于平静和舒坦。

2. 教师引导学生讨论：柏拉图说：“当爱神拍你的肩膀时，就连平日不知诗歌为何物的人，也会在突然之间变成一个诗人。”可是为什么朱丽对小布的感情，看起来如此美好，后来怎么就荡然无存了呢？

3. 教师总结：朱丽心中原来的那种美妙、那种喜欢都只不过是因小布看来漂亮的外表，一旦深入接触，当现实和她所想象及期待的并不一样的时候，她的梦破灭了，美好也没有了，开始趋于理智。这就是一种典型的青春期初恋的感觉：甜美，冲动，神往，幼稚，易变，来得快，去得也快。这样的感情往往过于美化、迷恋对方的外表，是一种短时间的青春的激情。懵懂之爱并不是真正的爱。

（三）永恒之爱

1. 教师引导：什么才是真正爱？什么才是永恒之爱？先让我们来回顾古今中外历史上那些无数催人泪下、美妙绝伦的爱情故事吧！

2. 同学讲述故事：

- （1）苏轼与王朝云相濡以沫、不离不弃的爱情。
- （2）舒曼、勃拉姆斯与克拉拉的感情故事。
- （3）林徽因、梁思成、金岳霖的完美之恋。

3. 影片视频展示：《美丽人生》里三个片段：

