

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

图书基本信息

书名：<<坦坦的性 坦坦的教育>>

13位ISBN编号：9787509004982

10位ISBN编号：7509004985

出版时间：2012-2

出版时间：当代世界出版社

作者：张超

页数：152

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

前言

每个孩子在成长的过程中，都给家长、学校和社会带来或多或少不同特点、不同程度的“烦恼”，我理解这就是人之所以是人的特性决定的。

天真、叛逆、平和等等不同的心理状态和情绪反应，都源于人体生理发育过程所发生的变化。特别是青春期的孩子的所想所作所为，尤其如此。

写作有关青春期教育的作品，一方面是适应现在瞬息万变的社会状态下，孩子和家长的 education 需求；另一方面，也是希望把我教学中所遇到的各种问题，以及相应处理办法做个总结，故也有以下这些说明。

第一是关于我，我不认为自己是专家，而是一名普通又有些人缘的老师，所写的都是以老师的名义而来的，之所以敢以老师的名义，那是因为我接触孩子比较多，特别是那些有个性的，或者在家长眼中是调皮捣蛋的孩子。

可能很多家长都没有我接触孩子时间长，因为您早上起来把孩子送到学校，晚上可能才见着孩子，孩子要写作业然后就睡觉了，由此说大部分时间他是和老师在一起的，所以对孩子的了解可能我相对会更深入一些。

我在本书中谈到的一些问题，实际上是与孩子的现实问题直接相关的。

第二，关于健康教育或者说性教育，并不是像我们想象的内容单一到“性”，或者说牵涉到性就无法延展。

实际上青春期教育的内容是非常广泛的，只不过在青春期是性发育到成熟的关键期，那么以性的教育作为基础，是客观合理的，也是不能回避的，而且必须以它作为一个拓展，解释青春期孩子的现实问题，才能切中要害。

第三，关于性教育或者健康教育并不是一个人两个人能够完成的，而是需要社会、家庭、学校共同的努力。

青春期的性教育非常重要，对此，人们都有了共识，但如何去实施还是纷乱无章，在这里我也是希望起到抛砖引玉的作用。

有上述之说明，也就有了《坦坦的性坦坦的教育》一书的立意和写作思路。

为了和青春期孩子的生活，以及他们的思维习惯更贴近，我用“坦坦”一词，它是孩子们很喜欢的网络词汇。

另一个关键词叫性，以性教育作为一个切入点，不是把所有的性知识都呈现，也不是把现有的、西方的、中国的各种性观念分析透彻，只是从专业方面介绍一些与青春期有关的生理知识，包括青春期的少男少女的生理特征、成熟男性和女性的生理性征，从而解决家长对生理、性的认识问题，认识准确是解决教育问题的根本。

认识到孩子们的生理变化，进而了解他们的心理变化，心理变化直接影响情绪波动，而情绪波动直接影响孩子的学习、生活行为。

认知到此，我们就可以对青春期孩子的教育找到有效而恰当的方法。

由于处在青春期的孩子没有完全独立，他们依赖家庭、爸爸妈妈，所以青春期教育对家长而言责任非常重大。

为此，我在本书中有三分之一的篇幅是给家长讲解与孩子沟通、相处、有效教育的意义和方法的，以使自己的孩子在青春期健康地成长，最终成为一个“自信强大”的女人、一个“有责任有尊重”的男人。

教育应该是与孩子一起成长的终生学习的过程，所以教育仅仅靠经验是不行的。

我以这样的理念和孩子、家长共同分享成长的快乐。

由于本书是根据我的讲课和光盘内容改写而成的，因而在文字上没有做过多的修饰，请您海涵。

张超 2011年10月

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

内容概要

《坦坦的性?坦坦的教育》是一位深知青春期阶段孩子心理的老师多年思考的结晶。对青春期孩子成长中的问题与困惑，进行客观、理性的分析引导，使孩子能够悦纳自己生理和心理所发生的变化，尊重自己、尊重异性；从专业的角度，为家长与孩子的沟通提供科学的方法。独立自主、积极进取、开朗乐观、有责任感、有爱心、有耐心、严谨细致、乐于奉献与付出等健康人格，应是新时代男生女生都具备的。

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

作者简介

张超，管理学博士，全国中学生生物学奥林匹克竞赛高级教练，北师大实验中学生物教师，兼职心理教师，青少年性教育专家。

一个“仰视”学生的人民教师，一个对教育倾心的传道者。

两瓶可乐，几包零食，坐在路边给学生答疑解惑的“逍遥派”老师；每天看到太阳升起都会欢呼雀跃的“乐天派”老师；号召学生为了中华民族的强大保持旺盛生命力的“热血派”老师：他是学生们的“超哥”。

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

书籍目录

前言

第一章 青春期的男孩女孩

第一节 青春期现象

- 一、青春期孩子的生理变化
- 二、青春期孩子的心理变化

第二节 拥抱性别塑造自己

- 一、认识我是什么
- 二、刚柔相济的人格培养

第三节 感受异性

- 一、接触异性，激发卓越的本能
- 二、学会与异性交往

第四节 正视亲密是异性交往的关键

- 一、青春期的恋爱不一定是爱情
- 二、性行为不表明亲密

第二章 家长的“爱”与“尊重”

第一节 跨越鸿沟爱的理解

第二节 沟通——从家长改变开始

第三节 与孩子沟通的技巧

- 一、提升自己不迁就孩子
- 二、接受负面感受达到共情
- 三、接受孩子的感受

第四节 鼓励孩子与我们合作

- 一、从孩子的角度考虑问题
- 二、与孩子合作的技巧

第五节 孩子需要的是赞赏不是惩罚

- 一、惩罚不是办法
- 二、让孩子学会承担后果
- 三、培养孩子的责任感
- 四、孩子需要被赞赏

.....

第三章 成为健康、快乐、自信的女性

第四章 做一个“真正”的男人

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

章节摘录

版权页：插图：有发胖自然就会有减肥。

现在市面上的减肥药五花八门，而且价钱很高，其中利润空间很大，减肥药盛行源于女性对于自己体态的不满。

其实发胖是正常的，如果你身体里真的没有一定的脂肪含量，那就只能等死。

我们可能在电视或媒体上看见有很多明星、模特处于明显的亚健康状态，甚至有猝死的可能，当然这不一定是因为减肥造成的，但是至少过瘦的样子，从生物专业的视角来说有点营养不良，也就是说她的整体营养状态不是很好，她整体的脂肪含量没有那么多。

若是为了一种病态的美去减肥，这是对生命的一种亵渎。

青春期的女性，如果为发胖这一件小事而懊丧，没有任何意义。

都说女为悦己者容，许多女性之所以减肥，之所以让自己看上去更骨感、更美丽，很大一部分是希望她的异性朋友高兴。

用各种不恰当的方法减肥，如果瘦得跟柴火一样，异性不会觉得这样是美的，何况那样对身体又有损害。

在青春期阶段，你体态的变化——发胖是一种正常的现象，完全没有必要用病态的方式减肥。

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

编辑推荐

<<坦坦的性 坦坦的教育>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>