

<<身体的秘密 (男生卷)>>

图书基本信息

书名：<<身体的秘密 (男生卷)>>

13位ISBN编号：9787802037670

10位ISBN编号：7802037670

出版时间：2009-8

出版时间：中国妇女

作者：(美)琳达·麦德拉斯//艾瑞尔·麦德拉斯|译者:王宝泉

页数：179

译者：王宝泉

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>

<<身体的秘密（男生卷）>>

前言

在我们的生活中。

十几岁的青少年对待自己的身体就像对待一部新车那样，在没有熟谙使用指南的情况下就贸然驾车。驾驭自己的身体和汽车都需要高超的技巧，并且需要进行很好的保养和维护，不然的话会难于启动、驾驶和停下来。

父母和十几岁的青少年之间的交流，其中一个主要障碍就是彼此都不了解对方期望些什么。

父母通常根据自己的经验来教育孩子。

这种教育在诸如体育、垂钓、给汽车加油和烹调等方面显得游刃有余，但在性和青春期教育方面则显得无能为力。

父母在性和青春期教育方面通常都未得到过长辈的指点，因此他们在教育自己的子女时也没有现成的模式可循。

琳达·麦德拉斯的著作既可以作为十几岁青少年性和青春期教育的入门手册，也可以作为他们父母的教育指南。

我特别赞同作者提出的建议，即本书不但适合父母阅读，而且也适合青少年和父母一起阅读。

这本信息量很大的性和青春期教育书籍，将会为青少年和父母带来他们所期望的变化。

本书对于那些在以后会对自己的身体产生许多疑问的青少年来说，也将是一个取之不尽的知识之源。

<<身体的秘密（男生卷）>>

内容概要

本书由美国颇有影响的青春期教育专家与畅销书作者琳达·麦德拉斯为孩子们而作，书中关于青春期的话题真实而直接，父母和老师完全可以放心让孩子们阅读。

《身体的秘密——青春期男孩使用手册》是一本专为男孩准备的身体知识手册，向孩子们讲述了：身体尺寸与形体的变化、饮食与锻炼、身体器官变化、嗓音的改变、浪漫与性色彩、青春期的异性、性传播疾病、如何避免怀孕……于国内来讲，这方面的健康读本十分缺乏，而孩子们的青春期教育也很空白，相信本书能为父母和孩子带来帮助。

<<身体的秘密（男生卷）>>

作者简介

琳达·麦德拉斯，美国知名教育家、畅销书作家。

25年来，她一直在加利福尼亚的学校讲授青春期与健康课程，为青春期的孩子们写作了12本必读书。这些书得到了学生、家长和老师们的认可与喜爱，并获得过很多奖项，包括美国图书馆协会颁发的“最佳青少年读物奖”。

琳达有一个女儿

<<身体的秘密 (男生卷)>>

书籍目录

前言导言第一章 青春期 性 男性性器官 女性性器官 性交 生儿育女 你想了解的方方面面 阅读本书第二章 青春期各阶段与身体变化 青春期有的开始得早, 有的开始得晚 发育得快, 发育得慢 最初的身体变化 青春期的各个阶段 对青春期的感觉 我正常吗第三章 什么是正常的性器官 阴茎的大小 阴茎: 做了包皮环切和没有做包皮环切 阴茎的其他变化 阴囊第四章 青春期的加速生长 身高激增 体重激增 体形的变化 体力激增 呵护自己的身体 对自己的身体感觉良好第五章 丘疹、出汗、体毛、剃须和其他变化 腋毛和体毛 面部汗毛 排汗和体味 面部丘疹和粉刺 变声 胸部的变化第六章 勃起、精子和射精 勃起 男性的生殖器官 射精 男性生殖器官的健康问题第七章 自发性勃起、性高潮、手淫和梦遗 自发性勃起 性高潮 手淫 梦遗第八章 女孩与青春期 相似点与不同点 最初的变化 乳房 青春期的各个发育阶段 加速成长 体毛、出汗、粉刺及其他变化 性器官 月经第九章 浪漫和性感觉 只是朋友而已 热恋的对象 同性之间的感情 约会 坠入情网 就如何处理自己的浪漫和性感觉作出决定 性欲: 感觉难以启齿和有犯罪感 性犯罪结束语

<<身体的秘密（男生卷）>>

章节摘录

插图：第一章 青春期青春期是人的一生中一个特殊的阶段。在这个阶段里，身体开始从一个孩童的状态变为一个成人。正如图1所示，男孩子的身体在他步入青春期后变化相当大。他的阴茎和阴囊——位于阴茎后面的皮囊——长大并开始发育。而此前从未长过体毛的地方开始长出体毛——阴茎周围、腋下，还有面部。男孩子也开始长高。当然，我们在孩提时代一直在长高。但在青春期，男孩子会比以往任何时候都长得快。在身高突飞猛进的青春期，他也许一年会长四英寸（约10厘米）甚至更多。身体的体形也开始改变。肩膀变得更加宽阔，而臀部则相比之下显得更窄。随着肌肉开始趋于发达，身体的力量增强了。整个身体开始看上去更有“男子气概”。在青春期，上述变化只是男孩子的外在生理变化。随着这些外在生理变化在身体外部出现，其他变化也开始在身体内部随之显现。对于某些男孩子来说，青春期似乎持续很久。而对另一些男孩子来说，这些生理变化发生得如此迅速，似乎是一夜之间出现的。其实这些变化没有这么快。青春期发育过程比较缓慢，而且是逐渐进行的，这个过程持续数月乃至数年。最初那些生理变化开始出现时，男孩子还相当年轻，抑或在10岁之前。不论男孩子的青春期是在何时开始的，我敢打赌他们对自己身体上出现的变化有许许多多的疑问。我希望本书能够帮助男孩子们解开这些谜团。我为孩子们和他们的父母开办了许多讲座课程。我的女儿艾莱娅和我本人共同致力于青春期研究并举办研讨班。在我们举办的研讨班上。成年人和孩子都对青春期心存许许多多的疑问。他们对青春期也各抒己见。本书贯穿了他们的见解和感受的摘录（为了保护他们的隐私，我们变更了那些让我们引述他们的见解和心得的男孩子的成年人的名字）。因此，从某方面来说。他们对本书的写作提供了帮助。我最初讲授青春期和性心理课时，恐龙还在地球上称王称霸呢（呵呵，不管怎么说那是很早以前的事情了）。当时许多学校都没有开设性教育课程。我不得不在草稿纸上东涂西画地制订我的授课计划。我决定在我具有特别意义的第一堂课上，以解释孩子是怎么出生的作为开端。这似乎是讲授青春期和性教育的一个很好介入的起点。毕竟，在青春期，身体正在为人的一生中那个重要的时刻——繁殖后代，也就是说生育孩子做准备。我不认为我的第一堂性教育课会遇到什么麻烦。“什么麻烦也没有。”我对自己说，“我只不过刚涉足这个领域，通过给孩子们讲述小孩是如何出生的作为开端。这没什么。”孩子们，我错了！在课堂变得疯狂之前，我几乎无法张嘴，难以启齿。孩子们咯咯笑着，互相推搡着，脸上开始泛出红晕。

<<身体的秘密（男生卷）>>

有一个男孩子甚至还从椅子上滑落到地上。

由于谈到孩子是如何出生的，我不得不涉及性，整个课堂的气氛怪怪的。

性是一个“大问题”。

在谈到性话题时，人们通常感到尴尬，痴痴地傻笑，抑或一副奇怪的神情。

性“性”这个词本身正在变得混乱。

尽管这个词本身只不过是一个词而已，可是“性”有很多层意义。

按它最基本的定义，“性”只是指男性和女性的身体差异。

男性和女性身体之间存在许多差别，其中最显著的差别便是男性有阴茎和阴囊，女性有外阴和阴道。

身体的这些部分或者器官，被称为性器官。

人们要么有男性性器官，要么有女性性器官，因此，要么属于男性，要么属于女性。

“性”这个词还被用于其他方面。

我们会说某两个人存在“性关系”。

这一反映出数十个俚语词汇。

他们知道的关于“阴茎”和“阴道”的俚语词汇太多了，以至于他们不知道到底该用哪些。

他们从座位上跳起来，挥动手臂。

兴奋地互相推搡着。

他们兴高采烈地小声说出那些所谓的“脏词”。

后来，大声念出这些“脏词”所带来的兴奋，使这些男生无法平静下来。

其中几位学生竟然从椅子上滑落到地板上。

很快，整个班级都失控了。

“也许，”我想，“我不会中断这项探索的。”

般意味着，他们会进行性交流（性交）。

正如在本章后半段我们将会予以解释的，性交指的是两个人的性器官接触到一起。

男性和女性之间的性交流也是小孩诞生的原因。

我们会说某两个人“彼此之间正在进行性活动”。

这意味着他们正在进行性交或者正在拥抱、抚摸、抑或正在爱抚着彼此的性器官。

我们会说我们感受到了“性刺激”。

这意味着，我们正感受到或想到我们的性器官，抑或与其他人进行性接触。

我们的性器官是我们身体的私密部分。

我们一般都会将性器官遮掩起来。

我们不会经常公开地谈到性器官。

有性感觉和与别人有性接触，通常都不是可以在课堂上讨论的话题。

只要稍加权衡，我就会在我第一堂性教育课开始前进行通盘考虑。

想必我已经认识到走进课堂后大谈性、阴茎和阴道将会引起一场“大”风波。

在上过第一堂课后，我触及到了问题的真正核心。

我认为，倘若在课堂上大家还傻傻地痴笑的话，我们也许真的就只有傻傻地痴笑的份儿了。

现在，我的课堂和研讨班开课时，我会先发给大家如图2所示的示意图。

我也会发给每位学生和参加研讨班的成年人红蓝铅笔。

如图2所示，这是成年男性和成年女性的身体外部性器官。

这些性器官也被称为“生殖”或“生育”器官。

我们身体的内部和外部都有性器官。

这些性器官随着我们度过青春期而发生变化。

男性性器官一旦每个人面前都放着性器官示意图和彩色铅笔，我便举起男性性器官示意图，告诉全班

，男性身体外部的性器官是“阴茎”和“阴囊”。

我班上的孩子们依旧疯了似的咯咯傻笑，或者干脆尴尬得从椅子上滑落到地上，不过我未过多理会。

我用自己认为最标准的幼儿园老师的声音开始说：“阴茎分为两个部分：茎干和龟头。”

在图上找到阴茎的茎干，用蓝红线条标出来。

<<身体的秘密（男生卷）>>

”然后，每个人都专注地涂彩。

有几位学生仍旧咯咯傻笑，不过他们也开始在图上涂彩了。

你为什么不在图上的茎干部分涂彩呢？

（当然，除非你正看的本书属于别人或图书馆。

倘若这本书不是你买的，那么你最好将这一页复印下来再涂上彩色。

）接下来我让全班学生找到阴茎顶端的小狭缝，用红铅笔在上面涂个圆圈。

这是尿道口。

身体中的尿液通过这个口排出体外。

现在没有多少人咯咯傻笑了。

尿道口很小。

全班学生都将注意力集中到在上面涂彩了。

之后，我们又在龟头上涂上彩色。

通常情况下，我建议涂蓝色，不过颜色随你选择。

“在阴囊上涂红蓝色圆点花纹。

”接下来我对全班学生说。

阴囊是位于阴茎下方的松弛的皮囊。

“阴袋”是阴囊的别称。

在阴囊内有两个鸡蛋形状的器官，叫做睾丸（在图2，你看不到睾丸。

我之所以现在提到阴囊和睾丸，是因为在下面几页中我们将谈到这两个性器官）。

然后，我进一步解释说，性器官上的蜷曲着的体毛是阴毛。

我让全班学生在图上的阴毛部分用彩笔涂彩。

最后，我们来谈谈肛门。

这是粪便排出体外的出口。

肛门不是一种生殖器官。

但由于它位于生殖器官附近，所以你最好也用彩笔涂上它。

当全班学生将图2的各部分分别涂上不同的色彩后，我已经大声念出“阴茎”这个词达28遍之多了。

班上的每个学生已经习惯听我念这个词，以及其他我通常不会在课堂上大声念的词汇。

我每次念这些词时，我的学生不再咯咯傻笑和尴尬了。

除此之外，这些示意图也很有趣。

全班学生都忍俊不禁地笑起来。

大笑可以使气氛更轻松一些，也是对付尴尬或神情紧张的有效手段。

我之所以让这些孩子在示意图上涂彩色，还有其他原因。

这种做法有助于他们记住这些器官的名称。

如果你刚看到这些图的话，各部分的名称也许不会在你的记忆中扎根。

倘若你花时间将各个部分涂上彩色，你就必须给予各部分的名称以足够的注意。

这样的话，你就更有可能记住这些名称。

这些都是身体的重要部分，值得付出一些努力来掌握它们的名称。

在大家涂彩色的时候，我们不妨说一些俚语单词。

人们并非总是用医学上的名称来指代这些身体器官。

有的时候，他们用的是俚语。

<<身体的秘密（男生卷）>>

媒体关注与评论

琳达·麦德拉斯的著作既可以作为青少年的青春期教育入门手册，也可以作为他们父母的教育指南。我特别赞同作者提出的建议，即本书不但适合父母阅读，而且适合青少年和父母一起阅读。这本信息量很大的青春期教育书籍，将为青少年及其父母带来他们所期望的变化。本书对于那些在以后对自己的身体产生许多疑问的青少年来说，无疑是一个取之不尽的知识之源。

——马丁·安德森博士（美国加州大学洛杉矶分校儿科系青少年医学研究中心主任）

<<身体的秘密（男生卷）>>

编辑推荐

《身体的秘密·青春期男孩使用手册(男生卷)》由中国妇女出版社出版。

<<身体的秘密（男生卷）>>

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>