

<<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，包括青春年少男女的生理特征、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，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>