

<<智慧果>>

图书基本信息

书名：<<智慧果>>

13位ISBN编号：9787806970447

10位ISBN编号：7806970444

出版时间：2004-1

出版时间：海天出版社

作者：沈曙红

页数：199

字数：157000

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>

内容概要

《智慧果：花季性知识开讲》以问答形式对常见性问题进行解答，其问题涉及性器官，肌肤、体态与体毛，性意识、性梦与性幻想，以及性偏常与性病等的阐述。

书籍目录

开篇语 一、性器官 真的是“小”阴茎吗？“正常”的阴茎应该有多长？生殖器偏大是不是正常？为什么我的阴茎会偏斜？阴茎“受伤”能治好吗？“少”了一个睾丸怎么办？包皮过长怎么办？做包皮手术会有什么“后果”？精索静脉曲张要手术吗？阴茎为什么会在早晨勃起？经常勃起是不是有病？阴囊瘙痒怎么办？男孩为何要经常清洗下身？怎样认识处女膜？用卫生棉条会损伤处女膜吗？小阴唇凸出是“畸形”吗？一边阴唇变大是否正常？女孩身上真有“神奇的按钮”吗？阴道出气是怎么回事？少女阴部瘙痒是什么原因？为什么会出现这些生理反应？二、乳房 乳房偏小的原因是什么？乳房不丰满能用激素矫治吗？乳房偏小会不会影响哺乳？乳房为什么会一大一小？乳房的形状可以改变吗？抚摩会使乳头变大吗？我可以戴胸罩了吗？怎样做好乳房保健？经前乳房胀痛是否正常？少女“泌乳”是怎么回事？如何对待乳房里的“块块”？得了乳房湿疹怎么办？乳头内陷怎么处理？男孩的乳房也会发育吗？男孩乳房增大是什么原因？三、肌肤、体态与体毛 什么是“第二性征”？脸上长“青春痘”怎么办？我怎么会有“妊娠纹”？月经初潮后还能长多高？早发生性关系会影响身高吗？……四、遗精、月经与白带 五、性自慰 六、性意识、性梦与性幻想 七、性交往 八、性关系与怀孕 九、性偏常与性病 十、性伦理

章节摘录

书摘性器官 美国著名性学家贺兰特·凯查杜里安曾浪漫地说：“人体几乎没有什么部位能像性器官那样充满魅力。

”然而，佛家却把男性的生殖器称作“烦恼根”。

面对两种截然相反的态度，你更倾向于哪一方？恐怕对少年男女来说，性器官更多地带来的是烦恼，是不安。

性器官是区分男女性别的首要的和最重要的标志，被称作“第一性征”。

男子性器官由阴茎、阴囊、睾丸、附睾、输精管、尿道、附性器官(前列腺、精囊腺、尿道球腺)组成；女子性器官由阴阜、大阴唇、小阴唇、阴蒂、阴道、卵巢、输卵管、子宫、尿道球腺组成。

由于每个人最初的性启蒙大都是发现男女性器官的不同开始。

所以它们对所有人的一生都具有重要的象征意义。

又由于男性性器官暴露于体外的部分十分明显，且同时兼有排尿作用，必须时时“把玩”于指掌。

必须常常在半公开场合【比如厕所、浴室】宣示于人，因而男性孩子对性的关注自然较多集中于性器官的大小、形态、功能，或是对此过于自信，或是忧虑不安。

那么女性呢？由于她们性器官的构造及其生理功能更为复杂，又大多隐蔽在无法觉察的身体内部，因而困惑疑虑也不在少数。

青春期，性器官开始发育，它就更成为青春期少男少女们关注的焦点。

二、乳房 女性乳房是由乳腺小叶、平滑肌纤维、脂肪等组成，是高等脊椎动物的特征性构造。

在雌性灵长类动物中，惟有人类女性的乳房在非哺乳期仍保持丰满状态。

但是我们谁都知道，在世俗的眼里，女性乳房绝不仅仅是用来哺育婴儿的工具，它似乎还关系到女性的吸引力甚至自信。

尤其是在“做女人‘挺’好”的观念已经成为一种“文化”并逐渐深入人心的今天，乳房的话题越来越受到人们的关注。

其实，乳房是不是丰满，除了对女性的身材和“性感”程度有影响外，与它们对性的反应和哺乳能力没有丝毫关系。

那么，我们更多关注的应该是乳房的实用价值呢，还是审美价值？这好像确乎是个难题。

尤其是对正经历乳房发育的女孩子来说，受到如今“文化”的影响，对自己的“胸前风光”特别在意也属情理中事。

但是，男性也有乳房的基本结构，也会遇到一些发育问题，人们在“偏爱”女性乳房的时候，千万不要把另一半遗忘了。

三、肌肤、体态与体毛 当发育中的人们更多地聚焦于生殖器与乳房这些有着鲜明识别作用的性器官时，却不要忘了性发育是个全面的过程。

即使从外观上说，肌肤、体态与体毛等“第二性征”也生动地打下了成长的烙印，使成长中人或喜或忧。

四、遗精、月经与白带 遗精和月经分别是男孩女孩青春发育的最重要标志。

有一项调查：我国男性首次遗精大多在14至15岁。

遗精意味着开始产生精子，意味着开始具有生育能力。

因而遗精也就成了男孩成为男人的最重要标志。

可见，遗精是一件令人高兴的事情。

由于多数男孩遗精都是在睡梦中出现的，所以在西方对梦中遗精有个浪漫的隐喻，叫做“夜天使来临”。

不管有没有必要的知识和心理准备，大多数男孩对“夜天使”的首度造访并不感到恐慌。

但因为遗精现象会时时发生，这就不可避免地会带来这样或那样的问题，当然，这些问题不会像半夜爬起来手忙脚乱地清理内--裤那么简单，只是狼狈程度却有得一比女孩第一次来月经称为初潮，初潮时间与遗传和环境有很大影响。

调查显示我国女孩的初潮多在12至14岁之间，而绝经期多在45岁至50岁之间。

<<智慧果>>

从初潮到绝经。

大约要经历400多次月经。

因而月经也是女性一生重要的生理特征。

与男孩子遗精不同的是，女孩月经前后往往会有各种生理不适，比如腰酸、腹痛、乳胀、胃口差、呕吐等。

因此在最初的几年，不少女孩子会对自己的这种生理现象表现出不安甚至厌恶，称行经为“倒霉”，还有的会诅咒老天对自己不公或发誓下辈子再也不做女人。

其实，如果我们换一个角度思考，就会发现造物主对女性人体的设计是如此精妙，我们真应该好好体味上天的这一恩赐。

相信日本演艺明星山口百惠的一段自述会让你产生共鸣：“当我意识到月经竟能对女性身体的细微部分发生如此影响时。

再一次地感到自然造物的构造之妙。

因为它这自然创造出的节奏从不紊乱，使人感到非常放心。

我觉得自己的这种感觉，与过去取出月经用品时作为女性的证明而产生的一点自豪感，是互相关联的。

” 进入发育期后的女性还会遇到一个问题，就是白带。

虽然不及月经问题来得明显和强烈，但白带也是伴随女性一生的重要生理现象，不得不予重视。

五、性自慰 这是一个困扰男孩子最多、也深深困扰着女孩子的问题。

性自慰，旧称手淫，它在英文中叫Onanism。

出自《圣经·创世记》：一个叫俄南(Onan)的人把精液洒落在地上，上帝视之为恶事。

于是就杀了他。

后来把手淫与俄南联系起来。

视为要被上帝杀头的罪恶。

19世纪中叶，提索写了一本叫《俄南症——论手淫所产生的疫病》的书。

把当时大部分已知的疾病如肺结核、癫痫、淋病以及精神病都归罪于手淫。

提索还提出了一个荒唐的论断：失去一个精子比失去四十滴血引起的身体损害还要大。

在手淫有害论甚嚣的年代，手淫成了人们特别是青少年的精神枷锁。

现代医学和心理学的研究告诉我们，手淫在少年的性心理发育中起着重要作用。

从自我探究开始。

小孩发现了生殖器官令人愉悦的潜能。

在青少年中。

手淫继续在自发探测中完成了发育的功能，并为性能量的释放和性满足提供了初步的手段。

概言之，手淫既可以满足生理需要，也可以调节心理状态。

有利于身心发育和健康成长。

正因为如此。

专家们主张以“性自慰”或“自我刺激”等不含有道德评判的中性词来取代“手淫”这一明显带有贬义的表述。

虽然现今的科学已经证明手淫并不会对人体造成危害，但询问此类问题的电话依然占据首位。

细细分析，几乎都是因对手淫的无知和罪恶感而产生的精神压力。

看来“手淫有害论”仍在对当代青少年产生影响，也就是说。

观念的转变还有一段漫长的道路。

.....

媒体关注与评论

开篇语传说在远古时期的伊甸园中，赤身露体、两小无猜的少男亚当和少女夏娃，由于取食了园中央那棵最大的树上的最大的果实，便从此明晓了男女之事，荒芜的心灵便注入了智慧的养分。

“智慧果”这是多少青春男女所渴望得到的啊！心理学家把青春期的到来称作第二次诞生。

这期间，你的诸多心理会产生质的飞跃，其中也包括性的觉醒。

然而，性觉醒的过程不会一路坦途，这一方面是因为青少年在性意识的驱动下对各种性信息的开始关注，而各种性信息如开闸之水不可遏制而来，但是，正规、有效的性教育渠道却少之又少，另一方面是大量涌入的西方性文化呈鱼龙混杂之势，不少传播媒介夹杂着淫秽内容，许多娱乐场所演绎着色情勾当，这一切对青少年的不良影响甚为突出。

现在的不少青少年性心理早熟、性观念开放、性行为随意，而科学有益的性知识却依旧贫乏，性道德十分薄弱，这就使身心正在急剧变化的这一群体时常会陷于性困惑、性无措之中。

这时候，如果有一个亲切的声音在你耳边做循循的诱导，将会对你人格的健全乃至一生的健康成长产生重大的影响！请教父母吗？请教老师吗？这自然是你明智的选择，但是，它毕竟不像要点零用钱或问一道物理题那么易于启齿；而且大量事实也告诉我们，有些问题提出后，甚至可能造成非常尴尬和令人难堪的场面，不愿看到的反应。

询问朋友吗？求助网络吗？这也未尝不可，但经验告诉我们，青少年中口口相传的“性知识”和良莠并存的网络信息常常充斥着似是而非的伪科学甚至赤裸裸的色情。

因此，面对身心的“大裂变”，你可能依然迷茫，同时在迷茫中渴盼着那智慧的果实。

凭着多年从事青春期性教育与心理学研究的理论功底，凭着长期与青少年打交道的经验，凭着教育工作者的责任感，我于1994年10月开通了以“性生理解疑、性心理疏导、性伦理指南”为主题的“智慧果”青少年性咨询专线。

由于这是全国首家专向青少年提供性咨询与性教育的电话专线，所以开通之后引起极大的关注，国内外50多家媒体都做了报道。

一时间，北京的“少女课堂”与南京的“智慧果”成了当时我国中学性教育的两面旗帜。

当然，反响最强烈、受益最大的还是广大青少年，而这也是我最为关注、最感欣慰的。

“智慧果”开通9年来，已接听电话近万人次。

在求询者中，中学生占了绝大多数，也有部分高校学生和社会青年，其中男生占59.5%，女生占40.5%。

男生中求询有关性自慰(即“手淫”)问题的最多，达39.2%；另有21.6%是关于生殖器焦虑；询问性知识的达9.3%；关于同性恋的问题占到7.2%，而且近几年有明显上升趋势；其它还有关于羡慕异性、性变态、体毛焦虑、异性交往障碍、发生性关系、三角恋、遭受性骚扰、遗精、性意识焦虑、同性交往障碍、双性恋、发生性接触等。

女生要求解答的性问题在内容上比较分散，相对来说，询问异性交往的问题比较多，占18.2%；其次是询问性知识，占16.7%；第三是性骚扰问题，占12.1%；其他还有肥胖焦虑、发生性关系焦虑、月经焦虑、同性恋、性自慰、三角恋、异性交往障碍、口交、发育焦虑、性病、处女膜焦虑、怀孕、被窥焦虑等。

当求询者向我敞开内心深处的隐秘世界，当我真诚而耐心地接纳了他们，我才痛切地感到少男少女的灵魂是如何在青春的：中动中颤栗和彷徨的：一名初三男生独自去郊游，在一个偏僻的厕所内被一成年男子胁迫进行了口交和肛交。

原先对此种行为一无所知的男孩猛然间遭到如此强暴，于是恐惧感便在以后的日子里时时袭上他的心头：然而当时的那种本能的生理快感和心理刺激使他每次回想又有一种隐隐的兴奋。

男孩便经常被这两种截然不同的心绪所搅扰，终无宁日。

这是一个有严重性自慰积习的高中女生，而且每次不将手指或笔等物插入阴道，她就无法排遣如潮水般涨涌的身心：中动。

她担心这样做会损伤处女膜和使阴道炎症恶化，但强烈的逐乐念头不断吞噬着她的理智，使她无以自拔……女孩子有着丰满健康的胸部本是件骄人的事情，可那个正在读中专的内向女孩却为此羞怯苦

恼。

一日她正悄悄地在宿舍里束胸，恰巧被一个有偷窥欲的男生发现并流传开去。

女孩在周围的嘲笑中惶惶度日，精神几近崩溃……上高一的男孩暑假里住在上初三的表妹家，一天夜里在睡梦中被表妹摇醒，让他透过有缝隙的墙板看其父母过性生活。

第二天，表妹逼他脱光衣服躺到父母的床上，企图模仿半夜里那让人脸红耳热的一幕。

随后一天，男孩正在洗澡，表妹又以自杀相威胁敲开了门，与他共浴，并导致了性器官的接触。

如今男孩父母出差，又要送他去表妹家，男孩心有余悸，不知所措……一个初二男生热衷于在互联网上搜寻男子裸体和男性同性恋图案，发展到后来竟与一些成年男性群宿群交并乐此不疲……上高二的姑娘暗恋楼上已经上大学的那个帅哥。

为了博取男孩的“爱情”，暑假里的一天，女孩把“心上人”约来家里，主动与他发生了性关系。

谁知男孩只丢下一句“你不怕怀孕啊？”就扬长而去。

女孩认为自己献上了最美好的感情和最宝贵的贞操，换来的竟是这样的冷遇，因此痛不欲生……一个心地单纯的初二男生近来被一事情搅得心神不宁，原因是同桌的她时常在课上看到有性内容的杂志，还当着他的面把手伸进胸罩抚摸乳房，并且不时把手搁在他的大腿上，甚至还会出其不意地拔他的腋毛。

男孩百思不解：她为什么要这样？一个有心理障碍的初二女孩的自述：我总认为过往的男性对我不怀好意，心里十分害怕……我曾独闯南方做模特儿……我喜欢把那个高二男生的“那个东西”含在嘴里，喜欢那种液体流在嘴里的感觉。

他已经不是处男了，可我还是处女呢(言语得意)……我其实长得挺漂亮的，老师你想和我约会吗？……

铃响后，拿起听筒，传来的是稚嫩的女声，当确认是“智慧果”后，半晌才有一个犹犹豫豫的男声传来：“请问……接吻……会有什么后果？”凭经验，这是一对准备或已经在尝试“爱情游戏”却又懵懂无知的少年男女，他们真正想问的问题其实是“接吻会导致怀孕吗？”像这样无知的问题还有很多。比如一个16岁的女生在来学校了月经竟束手无策，只好带着哭腔来询问该怎么办：一个男生固执地认为自己因频繁手淫导致了前列腺炎，虽然其诉说的“症状”与前列腺炎相去甚远，但就是不听劝说；甚至有位20岁的女大学生来求证是否怀孕，原因仅仅是男友用手摸了她的下身！这些让人触目惊心甚至感到荒唐的事例意味着什么？意味着我们的许多青少年正在性的彷徨与困惑中苦苦挣扎！意味着他们迫切需要性科学的引导！对此，社会与学校应责无旁贷地肩负起性教育的使命。

然而不可否认，我们的一些学校对“性”仍讳莫如深，或视而不见，或避而不谈。

事实上，关于是否应对青少年进行性教育，在教育界一直存有争议。

岁月就在这无休止的争议中流逝，青少年的性发育却在流逝的岁月里悄悄提前，他们中的一些因性无知、性无措而导致的性行为失度甚至因此造成性病和性犯罪的现象！如果我们的社会和学校再无所作为，再寄希望于青少年的“无师自通”或“面包会有的”，那我们失去的将会是什么？！应该看到，近年来我国一些地方的教育、卫生部门和心理学、社会学界正积极尝试学校性教育工作，一些深入浅出的性教材纷纷编撰出台，一些行之有效的教育方法也在被传播和推介。

对此我深感欣慰。

我之所以将9年来接听的部分电话和通过网络咨询的部分内容整理成这本小书，也是为了给正在兴起的性教育再注入一份力量。

我亲爱的朋友，千万不要以惊诧的心态来阅读本书，因为它所叙述的故事就真实地存在于你的身边；也不要以猎奇的心理来阅读本书，因为科学的性知识不是为了满足性欲望，而是用以指点人生；更不要以保守的眼光来阅读本书，因为性本身也是一门科学，而科学是不该有禁区的。这不是一本系统地介绍性知识的读本，不可能面面俱到地告知你所关心的所有性问题，但你的种种困惑很可能在这里找到答案，或从中受到启迪。

当然，我也愿意继续和你交朋友，继续为你提供帮助“智慧果”一直在等着你摘取！“智慧果”的咨询电话是：025—84549643。

“智慧果”咨询信箱是：sshzhg@sohu.com 别忘了，电话这边有一双温暖的手，有一个亲切的声音，有一本等待你打开的人生词典。

沈曙虹

2003年5月

于南京市教育科学研究所

编辑推荐

本书以问答形式对常见性问题进行解答，其问题涉及性器官，肌肤、体态与体毛，性意识、性梦与性幻想，以及性偏常与性病等的阐述。

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>