自我性形象——如何建立的想理

青歡性感室

「我真壞，為什麼我老是有性衝動呢？」

「我一定是沒有吸引力了，為什麼他總是不留意我呢？」

「我是否太男性化呢？我的朋友都笑我不像女孩子。」

「自我性形象」是一個人在「性」方面對自己的看法。它是自我形象中的重要部分，對我們的個人及社交生活，都有很大的影響。一個堅強和健康的自我性形象，可以增添我們的歡樂，相反，一個模糊和扭曲的形象卻會帶來苦惱。要建立一個良好的自我性形象，以下是一些需要留意的地方。

首先，我們要接納「性」是每個人的本性。無論我們選擇如何去表現它，「性」仍然是每個人身體裏必有的本質。我們可以對一個人表現性本能的方法和對象下道德判斷，但對於性感受的存在這客觀事實，我們卻不應下同樣的判斷，因為它只是個自然現象，並無好壞之分。

第二，一個恰當的自尊也是良好的自我性形象不可以缺乏的部分。我們要學會從整個人去給自己評價，而不要單以個人的外表或受歡迎程度作指標。另外，一個人的價值也並非決定於他是否另一個人的伴侶，單獨生活絕不會貶低一個人的價值。在自我評價的過程中，最重要的是我們曉得欣賞自己的獨特性，自己的長處和個人特點。

第三，應緊記不要用傳統的性別觀念去衡量自己，因為這些觀念很多時是過時和僵化的，會嚴重限制個人的發展。例如，傳統認為理想的男性應該是孔武有力，富攻擊性，有進取心和在性方面充滿信心的。理想的女性則相對是被動，富同情心，較男性缺少智慧和天生喜愛打理家務。

實際上，在我們的社會中，根本很難找到完全符合這些條件的人。如果我們以這些典型作典範，就會限制了自己真正性格的發展。放棄傳統刻板的男女典型，接受並發展真正的自我，是我們學習自我接受的重要過程。

接受自己可以有個人與別不同之處，不受外界的影響和支配，認識到自己是有權擁有各式各樣不同的感受和興趣，即使自己的形象未必即時為週圍的人所接受，這是建立強健自我性形象的重要步驟。

如果一個人看重自己，就不會輕易在和其他人的關係中受到剝削和利用，（他也不會隨便利用人），他也更容易與人建立快樂、健康的愛情關係。另一方面，一個強健的自我形象也幫助我們認識到自己有能力控制自己的身體和表達自己感受的方式。從而我們可以對自己的性本能作出抉擇，而不需要受制於別人早已定下的格式。

清雅浴室

室內設計卷念

許凱煒

浴室的家居中的一個主要生活區域，而且是粧扮與充分鬆弛神經的地方，故此它的設計與裝飾，已成為時尚家庭注重的地方。

圖中浴室的設計非常簡單，而且十分美觀，利用鏡屏斜掛，令平板的空間締造了一點姿采，而利用牆壁的粉橙調來豐富空間的格調，使氣氛浪漫雅美，為生活加添不少情趣與幻彩。

常春藤

純眞漫畫家

小雨集

上次在紐約逛書店時，在麥迪遜大道發現了一本封塵的R.O.Blechman，非常歡喜，一逕把它帶上飛機，在太平洋上空狂哨。

Blechman是我最喜歡的漫畫家之一。這本名叫Behind the Lines的結集剛好收集了Blechman歷年來替《紐約時報》和《紐約人》雜誌畫的漫畫。全書共有千張圖畫，其中百多張是彩色的，教人目不暇給。其中更包括了Blechman經典之作：Juggler of Our Lady，是他五二年的作品。

《紐約時報》形容Blechman的作品是「自成風格」，他準確的線條幾乎是完美的。更令人感動的是，Blechman的漫畫裏經常流露一種赤子真，溫暖了讀者的眼睛，豐富了讀者的心眼。無論他繪的是連環圖，抑或替大富豪車廠或新力牌作的宣傳海報，不同的是題材，不變的，是他一貫的純真。

▲陳也

你推我讓起爭端

後婚前婚

上能夠明察秋毫，當機立斷的人可能只佔少數，但在婚姻日常生活中，夫妻間往往表現出猶豫不決的情形。我們相信以下這例子是典型的：

他：你說過今晚一起出外吃飯的，天氣那麼熱，究竟還出去不？

她……

他：那麼我們去還是不去？

她：你想不想出去？

他：好啦，我請你去好了。

她：如果你想我去，我就去好了。

他：嗯……好呢，你喜歡上那間館子？

她：隨便，你去那兒我便奉陪。

他：既然我請你，至少你也得表示一點意見呀。

她：不，由你決定。

本來這種客氣禮讓是很難得的，相敬如賓是婚姻中的美談，但在許多夫婦之間，這種情形竟然天天發生，問題就不簡單了。譬如就說以上這位男主角，如果他把心一橫自己決定去不去、去那兒，太太必不會滿意，要抱怨幾天。明顯地這是她的戰略，她不參加決定，好能批評非議他的決定。使用這種以柔制剛、以靜尅動的戰略者，也不一定是女方。

義景旅行社
MY-KING TRAVEL LTD.
204 - 10 East Pender Street
Vancouver, B.C. V6A 1T1
Telephone: 681-0611

88新年大特價溫哥華來回機票

來回溫哥華特價

香港	$785·起
上海	$838·起
北京	$875·起
多倫多	$199·起
卡技利	$99·起
點問頓	$99·起

貨源國：香港、廣州、肇慶、佛山、中山、江門、台山、恩平、開平。
出發日期：二月十三號，全程12天，費用$1695·

北京、南京、無錫、蘇州、上海、杭州、桂林、廣州、香港。
出發日期：三月二十二日、七月五日、九月二十七日 全程十七天$2690·00

北京、西安、成都、昆明、杭州、桂林、廣州、香港。
出發日期：四月二十六，六月二十八，九月十三， 全程十八天$2690·00

★代訂香港、中國各地酒店與世界各地旅行團。
★中國領事館委託代辦簽証。
★代理中國民航與各大航空公司機票。

中旅委任爲加西總代理"在外售券，境內取貨"業務
承辦僑滙·安全可靠·歡迎委託

詳情請來電查詢 電話：681·0611

精工 車身修理廠
PERFECTION AUTO BODY SHOP
1010 CLARK DRIVE, VANCOUVER B.C.
電話：253·7814

精工修理車身 令閣下放心
有擔心
手藝精工作靚
六天營業，星期日休息 9am-6pm

加拿大執照十八年經驗
溫哥華唯一華人精修
歐美日本名廠靚車
唔怕價比價最怕貨比貨
代辦 I.C.B.C. 手續免費車借用

* WE SPECIALIZE IN
* EUROPEAN AND IMPORT CARS
* ALSO DO OTHER MAKES
* I.C.B.C.CLIAMS
* TOP QUALITY BODY WORK
* FIRST CLASS CUSTOM PAINT JOB
* B.C.CERTIFIED WORKS GUARANTEED

精工担保 担保精工

BARIUM NITRATE

Formula: $Ba(NO_3)_2$
Specification: $Ba(NO_3)_2$ content 99% min.
Uses: In manufacture of barium salts, optical glass, ceramic glazes, pyrotechnics (green light), explosives, antiseptic preparation, etc.
Packing: In 50-kilo iron drums lined with plastic bags.

BARIUM CARBONATE PRECIPITATED

Formula: $BaCO_3$
Specification: $BaCO_3$ content 98% min.
Uses: Manufacture of barium salt, dyes, pyrotechnics, ceramics, enamel, optical glass, rat poison, flat wall paints; in beet sugar refining, water purification, rubber and metal industry; as chemical reagent, etc.
Packing: In gunny bags of 25/30 kgs. net each, with paper lining; or in 1000 kg. container bags, with plastic lining.

BARIUM CHLORIDE

Formula: $BaCl_2 \cdot 2H_2O$
Specification: $BaCl_2 \cdot 2H_2O$ content 98% min.
Uses: Manufacture of barium salt, insecticide, rat poison, pigments, boiler detergent, etc.; in tanning and finishing leathers in purifying sugar; as mordant in dyeing and printing textiles, as water softener.
Packing: In plastic woven bags of 50 kgs. net each, with plastic lining.

BARIUM SULPHATE PRECIPITATED

Formula: BaSO
Specification: $BaSO_4$ content 98% min.
Uses: Manufacture of paints, printing ink, pigments, storage batteries, rubber, plastic, art paper, baric paper, glazed paper, brake slice, ceramics, structure, etc.
Packing: In emulsion bags of 50 kgs, net each, with plastic lining.

CHINA NATIONAL CHEMICALS I/E CORP., GUANGDONG BRANCH
61 Yan Jiang Road (W) Guangzhou, China
Telex: 44376 HACON CN Cable: "SINOCHEMIC" Guangzhou
Fax: GUANGZHOU 861731