

<<快乐走过青春期>>

图书基本信息

书名：<<快乐走过青春期>>

13位ISBN编号：9787810866743

10位ISBN编号：7810866745

出版时间：2009-8

出版时间：第四军医大学出版社

作者：李少聪 主编

页数：242

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>

<<快乐走过青春期>>

内容概要

在青春期这个阶段，可能会有无数个“为什么”在你的脑海里旋转，你渴盼知道答案。可是问题的敏感，让你一次次地将内心的疑惑到了嘴边又咽回了肚子里。你不敢向父母、老师请教，也羞于和同学、朋友交流，只能在黑暗中自己摸索，这会让你觉得既苦闷又无奈。

本书依据青春期少年成长的规律，针对许许多多困惑青少年身心健康成长的问题，深入地剖析产生的原因，循循善诱，通过具体事例提出了一系列实用有效的帮助广大青少年解除困惑的方法。

<<快乐走过青春期>>

书籍目录

第1章 男孩身体奇妙的变化 1.让男孩尴尬的“遗精” 2.什么是精子，它是怎么产生的 3.雄激素在男性体内的作用是什么 4.变声期男孩应注意什么 5.不必为体毛过多而苦恼 6.青春期，睾丸和阴茎会长到多大 7.不必为阴茎勃起而羞涩 8.“性的联想”下流吗 9.“流白”是怎么回事 10.性自慰：这并不是罪恶 11.什么是包皮过长 12.男孩子的乳房也会增大吗

第2章 看看什么是“女大十八变” 1.让女孩惶恐不安的月经初潮 2.什么是痛经 3.必须十分重视经期卫生 4.雌激素在女性体内的作用是什么 5.阴毛和腋毛的生长 6.出现白带不要妄自惊慌 7.少女易患的几种阴道炎 8.少女也须做妇科检查 9.乳房为什么会觉得胀痛，还有硬硬的包块 10.乳房为什么这么小，两个也不~样大 11.何时需要开始配戴文胸 12.少女泌乳为哪般 13.青春期束腰和束胸有什么害处 14.女孩子也长小胡子吗 15.脸上长痘痘怎么办

第3章 青春期厌学症，就是不想上学 1.学习压力大，常常想逃学 2.考考——老师的法宝，分分——学生的命根 3.我为父母而学习 4.我是“差生”我怕谁 5.新“读书无用论” 6.考砸时的心理压力 7.不喜欢这个老师，为什么还要上他的课 8.尖子生逃学为哪般 9.每次考试都很紧张、焦虑

第4章 心理叛逆期，别理我，烦着呢 1.请不要偷看我的日记 2.你让我往东，我偏往西 3.您还没有老师了解我呢 4.我已经长大了，请让我自己做主 5.请不要对早恋如此敏感 6.如何让父母认同自己的想法 7.和父母进行适当的争论 8.学会和父母交朋友

第5章 懵懂少年心，初恋的心事 1.我收到的第一封“情书” 2.新来的语文老师好帅啊 3.正确区分喜欢与恋爱 4.如何对待异性的礼物 5.把握友情与恋情的尺度 6.牵手和初吻 7.“网络爱情”现实吗 8.从单恋的幻影中走出来 9.好伤心，她拒绝了我 10.男孩女孩拥抱、接吻会怀孕吗 11.偷尝了“禁果”怎么办

第6章 友谊出了问题，我的烦恼向谁说 1.同学不喜欢我怎么办 2.我害怕与同学交往 3.成绩太好，被人嫉妒 4.成绩太差，被人歧视 5.学会接纳不同个性的同学 6.总是被人嘲笑怎么办 7.最烦同学喊我绰号 8.同学向我借钱不还怎么办 9.女孩可以和男孩一起玩吗 10.得了异性恐惧症怎么办 11.“尊重”是异性交往的前提 12.和同学闹矛盾遭报复 13.完了，我被误解了 14.不受欢迎的课代表 15.如何向朋友道歉 16.记住，不是所有的人都喜欢你

第7章 让青春期的不良情绪走开 1.郁闷，患上了青春期焦虑症 2.总是爱发无名之火 3.嫉妒，将我的青春轻易划伤 4.莫名的恐惧 5.我是不是抑郁了 6.我是不是得了自闭症 7.我为什么会想到死 8.不必自卑，你也拥有很多让别人羡慕的地方 9.我的“多疑症”被治好了 10.失败只当为青春买单 11.被老师骂不是一件丢人的事 12.失恋了，也不要从此一蹶不振

第8章 向流行妥协不如做真实的自己 1.狂热的追星族 2.现在流行扎几个耳洞 3.流行的紧身裤不宜常穿 4.别人都穿名牌，我当然也不能落伍 5.偷偷试穿妈妈的高跟鞋 6.大家一起减肥吧 7.我也想去整容 8.适合自己的衣服才是最美的 9.害怕与众不同，学会了抽烟、喝酒

第9章 坚决远离黄、赌、毒 1.黄色诱惑：你成长中的温柔杀手 2.接受健康科学的“性教育” 3.赌博：各种祸事的根源 4.头脑清醒，坚决反对校园赌博 5.认识危害，主动远离赌博场所 6.吸毒，通向地狱的绝望之路 7.抵制诱惑，不要走入吸毒人群 8.坚定信心，坚强地戒除毒瘾

<<快乐走过青春期>>

章节摘录

第1章 男孩身体奇妙的变化 1.让男孩尴尬的“遗精” 赵健今年刚上初二，学习一直不错，也没有早恋。

可是昨晚他却梦见了一个很漂亮的女孩子走到了他的身旁，赵健并不认识她，但是女孩却拉起了赵健的手。

并且与他接吻了。

然后两个人牵着手，飞快地奔跑着，来到一间屋子里，彼此脱光了衣服。

然后，他把女孩子抱到了床上……早上醒来的时候，赵健感觉内裤湿湿的，褪下来一看，里边居然有很多黏糊糊的东西，床单上也有了一块湿湿的地方。

他不知道自己的身体里怎么会流出这些东西来。

而且，想起昨晚的那个“下流”的梦。

赵健就觉得脸发烫。

赵健想：“这件事一定不能让别人知道，他们会说我是流氓的。

”他更不敢去问爸爸妈妈，可他真的很想知道这是怎么回事。

男孩随着性发育的进展，会对异性产生好感与爱慕，这是正常的性生理、性心理，并不是下流的表现。

遗精是一种正常的生理现象，是你的男性生殖腺开始成熟的标志。

……

<<快乐走过青春期>>

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>