

<<青春期健康教育>>

图书基本信息

书名：<<青春期健康教育>>

13位ISBN编号：9787040211290

10位ISBN编号：7040211297

出版时间：2007-7

出版时间：高等教育出版社

作者：胡学军，胡敏敏 编

页数：98

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>

<<青春期健康教育>>

前言

青春期是人生的关键时期，在这个时期，青少年要迎接生理和心理的突变，要体验神秘的性意识萌动，要经历一个不同往昔的情感世界。

而这一切，既常常使他们感到新奇、振奋，又往往使他们恐慌或疑惑，特别是对性的发育，青少年如果缺少正确引导，内心的疑惑得不到解答，而又羞于启齿，就很容易受一些不良音像书刊和网络信息的影响，有的甚至误入歧途，走向犯罪。

因此，很有必要对处于青春期的青少年进行正确的引导和教育。

本书针对中等职业学校的学生，讲述青春期生理、心理以及自我保护等方面的知识。

全书分为三篇共九章，第一篇是青春期的生理卫生，介绍青春期的发育、卫生保健、生命的孕育等；第二篇是青春期的心理健康，介绍青春期的心路历程、困惑及异性交往等；第三篇是青春期的自我保护，介绍学会拒绝性骚扰、防范性侵害、珍爱生命等内容。

本书由武汉市教育科学研究院胡学军、胡敏敏担任主编，参加编写的人员有湖北省武昌实验中学李继红、何文华，武汉市第十四中学许雪玲，武汉市第三十二中学李晓丽，武汉市第四医院张定宇博士。

在本书的编写过程中，华中科技大学同济医学院公共卫生学院余毅震教授担任本书主审，中国人民大学心理研究所俞国良教授审阅了全稿，并提出了宝贵的修改建议，对此表示衷心的感谢。

本书的编写难免有不足之处，况且受到编者的水平限制，恳请广大师生、专家及家长给予批评指正。

<<青春期健康教育>>

内容概要

《青春期健康教育》针对中学生青春期出现的心理困惑和身心发展的特点，从青春期生理、心理以及自我保护等方面给予具体的教育，并注重性安全教育。

全书分为三篇，共九章。

第一篇青春期的生理卫生，介绍青春期的发育、卫生保健、生命的孕育等；第二篇青春期的心理健康，介绍青春期的心路历程、困惑及异性交往等；第三篇青春期的自我保护，介绍学会拒绝性骚扰、防范性侵害、珍爱生命等内容。

《青春期健康教育》可作为各类中等职业学校的广大学生了解自我的青春期健康常识读本，也可供关注青少年成长和发展的教育工作者以及家长参考。

<<青春期健康教育>>

书籍目录

第一篇 青春期的生理卫生第一章 青春期的发育一、了解我们的身体二、人的生长发育三、悦纳自己的性身份四、发育的由来第二章 青春期的卫生保健一、男性的卫生保健二、女性的卫生保健三、恼人的“青春痘”第三章 生命的孕育一、孕育生命的过程二、孕育的调节第二篇 青春期的心理健康第四章 青春期的心路历程一、青春期的性心理变化二、青春期的性心理特征三、青春期的隐秘第五章 青春期的困惑一、树立自信心二、情绪的调控三、学会面对重重压力第六章 青春期的异性交往一、异性交往与异性效应二、掌握异性交往的技巧三、克服异常的异性交往第三篇 青春期的自我保护第七章 学会拒绝一、面对种种诱惑二、学会抗拒性的诱惑第八章 防范性侵害，拒绝性骚扰一、警惕性骚扰二、性犯罪的防范第九章 珍爱生命一、性传播疾病的种类二、艾滋病三、性病的预防和治疗

<<青春期健康教育>>

章节摘录

(二) 面对伙伴群体的压力 1. 我们需要结伴而行 虽然青少年常常因为盲目的自尊而拒绝别人的帮助；虽然总是把欲说还休的心事写在日记里，但还是渴望有一个人，在需要倾诉的时候能够静静地倾听，在需要理解的时候能够读懂我每一滴眼泪。

你有这样可以信赖的伙伴群吗？

一位女生一心要实现自己的理想——驰骋绿茵球场，但却遇到了社会的不理解、自身体力不足等困难，多次想半途而废。

是同伴的帮助、鼓励才使她在困难、阻力、失败面前，一次又一次重新点燃希望之火，坚持到底，终于梦想成真，成为一名出色的女子足球队员。

小冉是校广播台的主持，原本他只是因为自己嗓音条件好又喜欢播音而加入播音行列的，没想到在这个充满和谐、愉快、向上的群体中找到了许多志趣相投的好朋友。

他们互相影响，互相鼓励，互相尊重，形成了一个很好的伙伴群。

现在，小冉不仅播音水平有了很大的提高，而且还爱好文学，写出的采访稿有模有样。

同学们都夸他是采、编、播的全才。

人的一生中会遇到很多人，有些人如过眼烟云，有些人却永难忘怀；有些人带来伤害，有些人却让人获益匪浅。

伙伴交往在青少年成长过程中起着不可忽视的作用。

伙伴群体之间如果能保持一种健康而纯洁的关系，有助于彼此相互学习，获得新知。

亲密的伙伴关系具有交流信息、提供支持和参谋劝告等作用，有助于提高青少年的自我评价和自尊感，以及理解别人的能力。

伙伴群体对青少年的人格发展，缓解青春期的压力，加快社会化进程，都大有裨益。

……

<<青春期健康教育>>

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>