

<<男孩百分百>>

图书基本信息

书名：<<男孩百分百>>

13位ISBN编号：9787501569205

10位ISBN编号：7501569207

出版时间：2012-9

出版时间：知识出版社

作者：芮青蓝

页数：214

字数：150000

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>

<<男孩百分百>>

前言

青春期，是一个如歌如诗的年纪，让男孩子充满幻想和憧憬，让他们对未来踌躇满志、豪情万丈。

然而，青春期，又是一个不解风情的雨季，载着男孩许多烦恼和酸涩，让男孩在面对生活中种种变化和时迷惘、惆怅以致纠结。

青春期是一个过渡时期，是快速发展变化的时期。

在这一时期，男孩开始由儿童向成人过渡，身体、心理和个性都快速发展，并逐步成熟。

在这一时期，男孩很容易出现儿童感与成人感的矛盾，出现幼稚与渴望成熟的冲突，会经历许多内心愿望、理想与现实的碰撞。

进入青春期后，男孩会发现一切都变得新颖而刺激。

你会发现，不仅自己的身体、心理发生着许多始料未及的变化，周围的男同胞们也在悄悄地发生着类似的变化：身材变得高大、健壮，喉结突起，嗓音变得低沉而浑厚，嘴巴上开始长胡须，身上也长了很多汗毛。

而且，男孩似乎更加稳重、成熟，收敛了许多儿时调皮捣蛋的天性……同样，男孩会发现，周围的女孩子也逐渐发生了一些意想不到的变化：声音变得尖细，乳房开始隆起，臀部变圆变大，她们似乎也有了更多心事，不再像小女孩那样无所顾忌地哭笑，在男孩面前也多了一份矜持……仿佛一夜之间，男孩感觉自己长大了，成熟了，能力增强了，视野开阔了，前景灿烂了，发现周围的一切都焕然一新，让自己来不及看仔细。

这个时期，男孩从懵懂无知的孩童变成了想要掌控一切的小大人，想要掌控自己的世界，掌控自己所经历的很多事情。

然而，男孩会发现，事情并非那么简单。

你会发现：你甚至开始不认识自己，发现很多事情仍是自己无力掌控的，发现生活会给自己提出一系列难题。

男孩面对自身以及生活中的种种变化，会产生很多疑问甚至不安。

比如，你会疑惑：我的身体发育正常吗？

我为什么见到异性会脸红心跳？

我越来越反感父母的管束，怎么办？

对青春期的男孩而言，异性开始变得神秘和充满吸引力，成为男孩想去探索的未知世界。

于是，男孩开始对异性充满好奇、倾慕，甚至会遭遇许多困惑和烦恼。

以上种种问题和困惑都是青春期男孩成长经历中不可避免的。

是男孩学习成长和成熟的机会，是人生给予男孩迈进成人行列的一个个考验。

成长，总会跌跌撞撞，总要经历风雨，总要感受痛苦和快乐。

因而，面对变化、问题和困惑，青春期男孩要勇敢面对，积极适应和改变自己，在解决问题和困惑中学习成长。

不可否认，问题和困惑往往会带给我们不愉快的体验，但只有面对、战胜它们，我们才能成长，才会有更多成就感和更快乐的体验。

男孩要相信，能经历风雨的大树才更茁壮。

青春期是男孩奠定人生基础的重要时期，走好这段路，你就会迎来美好的未来。

相反，若在这一时期走了弯路，可能就会为自己的人生留下遗憾甚至永久的伤痛。

愿每一个男孩都拥有美好、幸福、成功的未来，愿每一个男孩的成长尽可能少地留下遗憾和伤痛。

愿你手中的这本书，能够陪伴你走过生命中的雨季，帮助你收获成长的果实，让你青春生命的成长不再有太多烦恼。

<<男孩百分百>>

内容概要

青春期是男孩生理和心理发生较大变化、由童年向青年转变的关键时期。

在这一时期,成长出现了问题,往往会影响孩子的一生。

芮青蓝编著的《男孩百分百》是亲子教育专家芮青蓝老师专门为青春期男孩创作的“青春期百科全书”。

既是父母送给青春期儿子的最好礼物,也是一本可以亲子共读的参考书。

《男孩百分百》中对青春期的男孩的各种问题进行了深入的剖析,并提供了有效的应对方法,旨在帮助男孩轻松解决在青春期中可能遇到的各种烦恼。

<<男孩百分百>>

作者简介

芮青蓝，教育学硕士，国家二级心理咨询师，家庭教育指导师。
现为某家庭教育和心理咨询机构咨询师及家庭教育指导师，开智书坊副总编。

曾从事中学生、大学生心理咨询及教育工作十余年，擅长青少年心理咨询和思想教育，具有丰富的青少年教育、心理咨询以及亲子教育经验，是广大青少年的知心朋友、父母的知心大姐。

执笔家庭教育专著《爸爸说给青春期儿子的秘密话》、《父母一定要告诉男孩的80个性常识》、《父母一定要告诉女孩的80个性常识》、《培养有出息的男孩》、《培养有修养的女孩》等十余部。

<<男孩百分百>>

书籍目录

前言

第一章 青春期是身体突变期——了解你的身体变化

脖子上长了个瘤子——青春期喉结快速发育

我听不出你的声音了——顺利度过变声期

我长胡子了——长胡须是男孩成熟的标志

我的身体是不是有病——关于男孩遗精的问题

身上怎么长了这么多毛毛——有关体毛的生理知识

我的个子太矮小——正视自己体型的缺憾

男孩的私密处爱清爽——男孩要注意外阴卫生

我不会长成女孩吧——男孩的乳房发育

我一定要“战痘”——青春痘是怎么回事

第二章 性是什么——性意识的健全发展

这种书不适合你看——通过正当途径满足性好奇

一个难以启齿的问题——阴茎为什么会勃起

我是个坏小子吗——解除手淫的困惑

我怎么会做这样的梦——什么是性梦

我的阴茎太短小——接纳你的性器官

偷偷喜欢一个女孩——对异性倾慕很正常

我喜欢了网上的她——警惕网恋的诱惑

迷上漂亮的女老师——暗恋老师怎么办

我喜欢的女孩不喜欢我——失恋了,怎么办

我一见女孩就脸红——如何克服异性交往敏感

我不跟同桌说话了——异性交往的学问

早恋是朵带刺的玫瑰——别让早恋毁了你的前程

克制你的冲动——避免发生性行为

第三章 波涛汹涌的内心世界——正确应对心理冲突

总有一股无名火——学会克制自己的情绪

我不想长大——勇敢面对成长的烦恼

男儿有泪也轻弹——适时释放压抑的情绪

生活变化太快——努力适应身心和生活变化

今天比较烦——消除焦躁心理

什么都没劲——如何克服青春期抑郁

他们说我不正常——早熟或晚熟的苦恼

把他的准考证藏起来——嫉妒害人匪浅

今天我来请客——虚荣心要不得

我的未来很迷茫——人生路的选择

别惹我——正视自己的情绪波动

第四章 学海无涯乐做舟——赢得优异的学习成绩

瞧你这慵懒的样子——学习态度很重要

学习计划要量力而行——制定合理的学习计划

我的努力没有效果——掌握科学的学习方法

三分钟热度可不行——养成良好的学习习惯

会自学能帮你一辈子——重视自学能力的培养

你该休息一会了——张弛有度,高效学习

要是不学英语多好啊——偏科怎么办

<<男孩百分百>>

我患了学校恐惧症——克服厌学情绪
一到考试我就头疼——如何应对考试焦虑
巧妙作弊照样能过关——学习不仅仅是为了分数
我不想上课了——面对逃课的诱惑
考不上大学怎么办——化解升学压力
第五章 我是谁——培养健全的自我意识
我的嘴巴太笨了——接纳不完美的自己
我不认识我自己了——正确评价自我
别人会笑话我——不必太在乎别人的眼光
有人说我太张狂——克服自负心理
我不是那块料——相信自己有无限潜力
我讨厌自己这个缺点——不要放大自己的缺点
他为什么这么说我——正确对待别人的评价
人是不断成长的——不断完善自我
第六章 友谊是生活的阳光——培养你的人际交往能力
你真不懂礼貌——学习交际礼仪
为什么要女士优先——做个有教养的绅士
你开玩笑过火了——开玩笑要有分寸
我的话你听到了没有——学会聆听
你怎么这样对待我——善待他人
讨厌的数学老师——与老师处理好关系
没人愿做我的朋友——培植你的友谊之树
我很优秀,可没人理我——照顾别人的自尊
他向我们隐瞒了消息——以真诚赢得朋友的心
你偷盗,我帮你望风——危险的哥们关系
我不想总跟你腻在一起——好朋友间也要有距离
第七章 我与父母是朋友——培育良好的亲子关系
我和父母没话说——多与父母交流沟通
我不同意我妈的观点——接纳父母与自己的差异
妈妈也是为了我好——试着理解父母
妈妈,跟你说个秘密——把父母当做朋友
我就不听你的话——避免与父母对抗
我的耳朵都起茧子了——如何面对父母的唠叨
我和父亲势不两立——如何缓与父母的矛盾
如果我是父母,我会怎么想——学会换位思考
留在桌上的一封信——写信与父母沟通
第八章 生活让我很失望——坦然面对理想与现实的碰撞
活着是为了什么——树立正确的人生观
当医生是我的梦想——坚持自己的梦想
失败了,我好难过——正确面对失败
为祖国更强大而努力——做个有抱负的男孩
喜欢做白日梦的男孩——要脚踏实地做事
生活中不只有文化学习——让自己的生活丰富多彩
这次事件让我长大了——成长会付出代价
卖电脑换演唱会门票——学会理智追星
网友跟我借了3000元——警惕网络骗局
拒绝他,他不高兴怎么办——学会拒绝

<<男孩百分百>>

第九章 你的个性是你的名片——打造你优良的个性

在挑战中我们才能成长——勇敢面对挑战

男孩子,别缩头缩脑——培养你的阳刚之气

相信自己是好样的——树立你的自信

男子汉要敢于担当——培养你的责任感

你自己做出选择——学习走向独立

你做事怎么不计后果——避免冲动行事

摔跤是成长的阶梯——在挫折中学习成长

会爱就会幸福——男孩要学会爱

一诺千金真的重要吗——以诚信为本

感谢养育我的父母——懂得感恩

我犯的错我负责——为自己的过错埋单

第十章 小心你身边的危险——别让你的青春触礁

吸烟的男人很酷——吸烟有害无利

我也想喝酒——喝酒会伤害你的身体

他把同伴打伤了——武力不是解决问题的办法

我一天到晚只想上网——怎样戒除网瘾

我要离家寻找一片净土——离家出走不能解决问题

一道不能逾越的底线——绝不要以身试法

想体验性是怎么回事——避免发生性行为

那让人心惊的一幕——如何面对校园暴力

我没有钱可以给你——勇敢面对被勒索

那个猥琐的男人——男孩也要预防性骚扰

让我浑身发烫的画面——远离黄色电影

毒品太可怕了——拒绝毒品

<<男孩百分百>>

章节摘录

版权页： 三年前的一天晚上，我正在书房里用心整理当天的心理咨询记录。

突然听到儿子天一在客厅里大叫了一声。

我的思维被天一的叫声打断了，心想：这小子，又出什么状况了？

那段时间，不到12岁、正读初一的天一逐渐步入青春期。

虽然我对青春期孩子比较了解，但当天一的青春期来临时，他身心的快速变化以及他的诸多问题有时仍让我毫无准备。

当时，因为我一边忙于单位的日常心理和家教咨询等工作，一边参加一个有关的学习培训，每天都忙碌，常常顾不上管天一。

我又看了一眼咨询记录，企图将刚看过的记录内容记在脑子里。

然后，我放下笔，站起身，来到了客厅。

我看到，天一正站在穿衣镜前，仔细地端详着镜子里的自己，不时地还摸摸自己的脖子、脸、头发以及裸露的胳膊等处。

“出什么事了？”

“我问。”

天一在镜子里看了我一眼，没有马上回话，而是继续端详了一会儿镜子里的自己。

“妈妈，你看，我脖子上长了这么大一个疙瘩，不会是瘤子吧？”

我有点怕啊。

“天一没有回头，他摸着自己的脖子不安地对我说。

我走上前去，仔细地看了看他的脖子，然后用手摸了一下。

这时，我恍然大悟，心里嘲笑自己说：我真是忙晕了，忘记给儿子讲解这方面的知识了。

天一说的那不是瘤子，而是突出的喉结。

“天一，这不是瘤子，这叫喉结。

到你这个年龄的男孩都会慢慢出现喉结的，这是正常现象，不要惊慌，这是你成为男子汉的又一个标志。

“我大笑着说。

“喉结？”

“看到我的表情，天一放松了下来。

“是的，到了青春期，人的喉部就会发育，其中的喉软骨组织明显增长，并向前突起形成喉结。

男孩的喉结比女孩更为突起，这是由于喉结发育主要是雄激素引起的……”我开始给天一讲解起有关喉结的知识。

“哦，原来是这样啊，这下我放心了。

看来，它还是我这男子汉的宝贝啊，呵呵。

“调皮的天一长舒了一口气，很自豪地说。

他挺直了腰杆，仿佛一个真正的男子汉。

我点点头笑了。

<<男孩百分百>>

编辑推荐

青春期是男孩奠定人生基础的重要时期，走好这段路，你就会迎来美好的未来。相反，若在这一时期走了弯路，可能就会为自己的人生留下遗憾甚至永久的伤痛。愿每一个男孩都拥有美好、幸福、成功的未来，愿每一个男孩的成长尽可能少地留下遗憾和伤痛。愿你手中的芮青蓝编著的《男孩百分百》，能够陪伴你走过生命中的雨季，帮助你收获成长的果实，让你青春生命的成长不再有太多烦恼。

<<男孩百分百>>

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>