第一图书网, tushu007.com

<<无敌青春期>>

图书基本信息

书名：<<无敌青春期>>

13位ISBN编号：9787504360601

10位ISBN编号：7504360600

出版时间：2010-2

出版时间：中国广播电视出版社

作者：李伟楠

页数：177

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

第一图书网, tushu007.com

前言

经历了童年的牙牙学语、蹒跚学步，不知不觉中一个个男孩女孩开始踏入了一道特殊的青春期门槛。门槛里，孩子们开始了属于他们自己的英姿摇曳的烂漫时光。
可是，随之而来的还有无处不在的困惑与迷茫、纠缠与伤感、危险与诱惑。
这些从来不曾谋面的陷阱对少男少女们极具杀伤力，一不留神便会中了它们的圈套。
因此，每一个青春期的少年都需要了解自己身体的变化，了解周边随时可能出现的危险，懂得如何在危境中保护自己，也要学会如何在人际交往中打造自己的性格。
而所有这些，也正是陪伴子女成长的父母所关心的，因为孩子身上承载了父母的期待、愿望、理想，甚至是未来。
为了与天下所有的父母一起守护青少年的健康成长，我们精心编写了《无故青春期——父母送给孩子最好的青春期礼物》这本书。
在这里，我们从关注男孩女孩们步入青春期后必然会出现的生理和心理变化开始，如身体第二性征的出现、对性的了解欲、对异性情感的萌动等，进而提醒他们在成长的道路上可能遭遇的各种诱惑和危险，如网络游戏、网络黄毒、毒品、赌博等。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书从关注男孩女孩们步入青春期后必然会出现的生理和心理变化开始，如身体第二性征出现、对性的了解欲、对异性情感的萌动等，进而提醒他们在成长道路上可能遭遇的各币中诱惑和危险，如网络游戏、网络黄毒、毒品，赌博等，同时，也就青少年学习和成长中可能出现的诸多问题和人际交往中需要具备的各种技能和素质等进行分析并提出解决对策，帮助青少年走出青春期的诸多误区。培养应对挫折和困境时的自我保护能力。

<<无敌青春期>>

书籍目录

第一章　身体要说话：生理质变的龙卷风　美少女与男子汉的开始　　◎变化的身体与不变的成长　　◎女孩是一朵娇嫩的花　　◎男子汉进行时　　◎呵护未定型的身体　　◎和妈妈一起走进内衣店　　◎磁性音质温柔对待　　◎成长不害羞一成为得体的绅士淑女　健康与美丽的和谐运动　　◎只要青春不要痘的正确方法　　◎站如松坐如钟——好姿势养成好身材　　◎洁白整齐的牙齿能给微笑加分　　◎用好大脑和眼睛　　◎矮个子的增高方案　　◎减肥：健康第一，时尚第二　　◎烟与酒：成熟与不良嗜好无关　　◎文身，染发，会伤害成长中的我们　　◎看场合着装，穿出个性和魅力　　◎真正的美是从内心溢出来的第二章　左手青春，右手迷茫：困惑的心理转型期第三章　快乐与学习的拉锯战：我在为谁读书第四章　人际交往：没有人可以成为一座孤岛第五章　安全是永恒的主题：因为生命如此美丽第六章　修炼篇：做好跨入成人行列的准备结语：记住，处处有青春援助热线后记

章节摘录

当然，青春期的你要面对的绝不仅仅是生理的变化，同期降临的还有很多心理的困扰，如青春期对异性的情感萌动，与同学相处时的分分合合，发现老师不喜欢自己时候的小小烦恼，抑或是成绩不好时的失望与担心。
其实，这些也都属于青春期的孩子共有的情绪变化，不要因此而过分责怪自己。
学会认识每个问题出现的原因，并尝试用自己的力量改正和弥补，身边的家人和朋友会接受你的努力和付出。
当你完全成熟，为人父母，身体的发育也处于最好的状态。
这个时候的自己就需要勇敢地承担起属于自己的责任。
人常说“三十而立”，因为这时候的你需要面对可能有些年迈了的父母，可能还有需要你照顾的爱人子女，社会也需要你的建设付出。
不管这时候的自己是否足够地成功和成熟，你都需要不断努力。
而青少年时期的起步，直接决定了十年之后的你在怎样的舞台上表演。
几十年的工作之后，每个人都会步入老年人的行列，你的角色也面临着又一次的转换。
想象一下，五六十岁的自己，身体开始按照自然规律逐渐“缩小规模”，据科学家研究，人到老年时的身高会比年轻时矮5厘米。
关节可能不灵活了，用司马光的话说，这时候是“齿牙脱落，目近昏视、旋踵而忘”。
这时的你需要一种足够淡定的心态，来面对可能出现的各种困境，只有那些年轻时奋力拼搏的人，才能在人生的暮年“不因虚度时光而悔恨，不因碌碌无为而羞耻”。
你看，人生的各个阶段都是环环相扣，逐级推进的。
我们现在就站在起步阶段，面对的是以后几十年的时光以及无限的可能。
在这少则数十年多则一百年的时间里，我们要感受身体的变化、心理的成熟。
每一天的自己和过去都是不同的。
但不管年纪怎样变，有一种东西却是需要每个人去学习和拥有的，那就是从容的心态。
从容是什么？
从容就是面对危境绝境时候的镇定，是经历风雨沧桑后的平和，是宠辱得失之后的淡泊。

后记

一本著作的完成需要许多人的默默贡献，闪耀的是集体的智慧。
其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。
本书在策划和编写过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师和作者的大力支持，在此向以下参与本书编写的人员致以诚挚的谢意：王杰、齐艳杰、李惠、李伟军、齐红霞、张艳芬、陈艳、何瑞欣、周珊、曹徐学、常娟、王艳、史慧莉、上官紫薇、李娜、聂小晴、闫晗、杨青、李良婷、黄亚男、姜波、王鹏、曹博、李倩、李静、王光波、杨英、武敬敏、王艳明、李猛、于海英、焦亮、黄薇、廖春红、蔡亚兰、赵广娜、赵一、魏清素、李文静、李佳、李彦岐、慈艳丽、张晓静、梁素娟、刘艳军、黄梦溪、黄克琼、崔会娜、徐娜、程仕才、黄晓林、欧俊、付欣欣、张保文、闫瑞娟、淡佳庆、陈小婵等。
本书在编写过程中，借鉴和参考了大量的文献和作品，从中得到了不少启悟，也汲取了其中的智慧菁华，谨向各位专家、学者表示崇高的敬意——因为有了大家的努力，才有了本书的诞生。
凡被本书选用的材料，我们都将按出版法有关规定向原作者支付稿酬，但因为有的作者通信地址不详，尚未取得联系。
敬请您见到本书后及时函告您的详细信息，我们会尽快办理相关事宜。

编辑推荐

《无敌青春期:父母送给孩子最好的青春期礼物》：特别的爱，给特别的你——让爱与理智陪伴孩子成长。

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