

<<现代青年生活指导手册>>

图书基本信息

书名：<<现代青年生活指导手册>>

13位ISBN编号：9787508231587

10位ISBN编号：7508231589

出版时间：2004-9

出版时间：金盾出版社

作者：李金毅主编

页数：406

字数：348000

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>

## <<现代青年生活指导手册>>

### 内容概要

这是一本专门为广大青年朋友编写的生活工具书。

书中针对现代青年在日常生活、工作、学习中经常面临的各种现实问题与困惑，全面而又具体地介绍了作为一名现代青年必须了解和掌握的相关科学知识和有效应对办法。

全书包括生理卫生、心理健康、着装美容、运动休闲、交友恋爱、求职理财、社交礼仪等11个部分，共365个条目，涵盖了现代青年生活的方方面面。

本书内容丰富，贴近生活，时代性、针对性、指导性强，集科学性与实用性于一体，是现代青年可信赖的良师益友和日常生活中难得的好参谋，也非常值得广大教育工作者和家长认真一读的参考书。

## <<现代青年生活指导手册>>

### 书籍目录

概述 一 青年与年轻 二 青春期的生理变化 三 青春期的心理变化 四 青春期的渴求生理卫生篇 一 青年人的生理特点 二 青年人与保健 三 青年人的睡眠卫生 四 青年人的卫生习惯 五 烟酒与青年人健康 六 青年人的性与健康新婚须知篇 一 婚前须知 二 性的秘密 三 新婚之夜 四 新婚调适疾病防治篇 一 青春期常见疾病与防治 二 女青年常见疾病与防治 三 现代富贵病早预防心理健康篇 一 青春期心理 二 青年的智力开发 三 发挥青年的创造心理 四 青年如何正确培养个性 五 青年心理健康 六 青年心理疾病防治着装美容篇 一 服装与服饰 二 生活美容与保健 三 时尚妆容运动休闲篇 一 正确的运动对身体健康有益 二 休闲时光休出生活新精彩交友恋爱篇经济生活篇 一 就业择业 二 理财与消费 三 保险常识购房置车篇 一 购房 二 居室装饰 三 置车社交礼仪篇

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>