

<<华丽的转身 从女生到女人 >>

图书基本信息

书名：<<华丽的转身 从女生到女人的4堂必修课>>

13位ISBN编号：9787535761781

10位ISBN编号：753576178X

出版时间：2010-4

出版时间：湖南科技出版社

作者：娟子

页数：157

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>

<<华丽的转身 从女生到女人 >>

内容概要

终于，有了一本女生可以看、应该看、必须看的书！

终于，我们的话题不再只是生孩子和减肥！

我很高兴能有人用这种开放而坦诚的方式和我们聊从女生到女人这个转变中最应该面对和了解的问题

。

知识就是力量。

这本书的力量让我叹为观止。

我相信她会帮助很多女孩避免那些她们不想经历的事。

## 作者简介

娟子 (Echo)，英语专业八级 (TEM8)、国际英语口译口语资格认证五级曾担任“2006国际科学与工程学会 (WSEAS) 国际会议”、“2008第七届中国杯国际软式网球比赛”等多场国际会议和国际赛事口译员；曾任教于伯明汉国际英语培训学校；担任杭州Web-union外聘高级翻译13译专员；曾翻译编著多本图书。

## <<华丽的转身 从女生到女人 >>

### 书籍目录

生活中，做一个美丽但不浮夸的“性”趣女人第一章 乳房的秘密 乳房的5个发育阶段 乳房的形状和大小 改变你的“S” 乳房快速自检 内衣的选择——美是穿出来的第二章 与生理卫生有关的知识 外生殖器官 内生殖器官 每个月的那几天第三章 皮肤物语和毛毛的烦恼 我们都被哪些皮肤问题困扰？

如何善兹地防痘、去痘？

防晒功夫如何到位？

身体异味你在意吗？

你在为毛毛烦恼吗？

第四章 新体验，性体验 培养正确的性观念 面对性的正确的态度 性的安全是第一位 关于性的Q&A 特别花絮：偷窥男人的秘密 情感中，做一个细腻但不拖沓的亲合力女人第五章 亲亲家人 什么是“家”？

和家人相处可能出现的问题 家人相处“信任、坦诚”为先第六章 狐朋狗友 结交朋友/好朋友 朋友间的隔阂 接受挑战，和朋友共同成长进步第七章 爱的罗曼史 唱一曲单身情歌 有男女吸引定律吗？

爱的进行时 特别花絮：做自己，爱自己 职场中，做——优雅但不做作的知性女人第八章 魅力修养非一日之成 品味VS气质 仪表VS心情 交际VS口才 女人衣柜必备品第九章 职场上的靓丽风景线 职场小菜鸟VS Office老油条 办公室的你VS办公室的我 生活卫生VS重重压力 OL防五类新型疾病综合征 特别花絮：外企办公室英语必备 理财中，做一个精明但不小气的金钱女人第十章 女人和金钱 为什么女性对于金钱缺少理财意识？

理财不等于小气 女生如何提前赚钱？

女生/女人和信用卡第十一章 重在可能，非不可能 女人和金钱的背景趋势 甩开“钱保姆”，自己做主第十二章 4个月成就女人一生的投资（上） 第1个月：常用账户和储蓄账户 结算账户 储蓄账户 了解储蓄账户的利息情况 第2个月：用活用精“信用卡” 申请信用卡时4大必须 第一时间查看信用卡账单 注意“最低还款额”陷阱 网上刷卡购物注意事项 信用卡3大误区第十三章 4个月成就女人一生的投资（下） 第3个月：为退休生活提前投资 退休准备工作面临的问题 哪些投资产品更适合养老投资？

退休的两大准备 第4个月：一生必备的文件 必备的三样文件 立遗嘱的好处 遗嘱的标准格式 特别花絮：成为“金钱女”的5个词

章节摘录

插图：仔细看过了自己的“下面”和“里面”，我们再一起来看看“下面”和“里面”在女生青春后会发生的微妙变化。

也许这些变化曾带给你们很多尴尬和无奈，也许这些变化曾让你们措手不及。

但是正是这些突袭的改变，让你们的生活有了一个青涩而美好的跨越！

一起看看“下面”和“里面”的它们在每个月中的动静！

当女孩进入青春期，月经是最直接的信号。

月经意味着什么？

意味着你开始有了怀孕的能力，意味着你向“大女人”跨出了第一步。

每个女孩第一次来月经的时间都不同，但通常在8 - 18岁之间。

大部分女孩在11-14岁之间来月经，并在初潮后1~2年内，月经周期才逐渐规律起来。

于是，每个月总有那么几天让人忐忑不安，并且一陪伴就是40年（除了怀孕和哺乳期）。

对于初潮来前的女孩预测自己月经周期的最好方法是问自己的妈妈、阿姨或其他女性亲人第一次来月经的时间，因为月经周期也会遗传。

当然，也可以从自己身上其他地方的变化中判断，乳房开始发育了，两年后，初潮就来了！

阴部开始长毛毛了，一年后，初潮就会顺势出现！

当别的女孩子都已经在惊讶和羞涩中迎来了她们的初潮，而自己却迟迟不见动静时，是不是会感到小小的不安和沮丧？

别急，“姗姗来迟”的现象其实很常见。

但是如果你已经17岁，月经没来而且身体上也没有出现任何迹象（如乳房发育或阴部长毛毛），建议你去看妇科医生聊一聊。

<<华丽的转身 从女生到女人 >>

编辑推荐

《华丽地转身》：从女生到女人的4堂必修课一本从小女生到大女人的必读书籍一个从青涩到成熟的必经过程一些做美丽女人必听的建议一种你不曾领略的思维方式那个瞬间如此绽放

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>