

<<花季少女登上成功快车>>

图书基本信息

书名：<<花季少女登上成功快车>>

13位ISBN编号：9787538852981

10位ISBN编号：7538852980

出版时间：2007-4

出版时间：黑龙江科技

作者：余可

页数：384

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>

<<花季少女登上成功快车>>

内容概要

本书从十个方面详细介绍青春期少女在成长过程中所遇到的问题，并进行了详细剖析，涉及生活的方方面面，具体内容包括：女大十八变；心理危机；交友与性爱；家庭危机；安全监护；青春的风险；端正姿势；礼仪与修养；健康与美；自我健康法。

本书是一盏航标灯,旨在帮助每一个少女幸福地走过这个美丽又充满风险的少女青春期，指引着每一个女孩走向成功的彼岸，拥有更加美好的青春。

少女青春期是美好的，但也是危险的，生理、心理及各方面都不成熟，敏感和多疑，伴随着少女的整个青春期，容易走上歧途。

怎样越过心理障碍与家人沟通；怎样寻求帮助；怎样成为一个既有自己的生活，又有亲情、友情、自立、成熟的女孩，是少女人生的第一课。

只有安全经历了这个风险旅程，才会拥有美好的青春。

生理、容貌、举止、操守、处世、求学、健康、防卫……本书将细细为你讲述；快乐、烦恼、忧愁、友情、亲情、爱情、成败、得失……本书将娓娓为你道来。

<<花季少女登上成功快车>>

书籍目录

第一部分 女大十八变 一、变化中的身体 二、“好事”初潮 三、经期的卫生 四、无尽的“麻烦” 第二部分 心理危机 一、寻求多方帮助 二、步入成年 三、结交朋友 四、与家人相处 五、少女的独立感 六、支配金钱 第三部分 交友与性爱 一、结识男孩子 二、吸引与痴恋 三、有关性知识 四、认识性的价值 五、保护贞节 六、危险的性接触 七、女性同性恋 八、滥交朋友的危害 第四部分 家庭危机 一、分居和离婚 二、父母早丧 三、继父继母 四、性侵犯和乱伦 第五部分 安全监护 一、一旦怀孕 二、遭遇强暴 三、在校生活 四、防身自卫 第六部分 青春的风险 一、吃出健康 二、保持健康状态 三、警惕出现问题 四、保证良好睡眠 五、坚持适当运动 六、拒绝不良嗜好 七、青春偶像崇拜 八、远离毒品 第七部分 端正姿势 第八部分 礼仪与修养 一、礼仪与修养 二、素质与气质 三、如何掌握人际关系 第九部分 健康与美 一、皮肤的健康 二、个人卫生 三、体貌变化 四、头发与指甲 五、眼睛的保护 六、护齿法 七、乳胸的护理 第十部分 自我健康法 一、自我健康法 二、锻炼体力护身法 三、疾病自疗

<<花季少女登上成功快车>>

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>