第一图书网, tushu007.com

<<男生女生青春课>>

图书基本信息

书名：<<男生女生青春课>>

13位ISBN编号：9787540736972

10位ISBN编号：7540736976

出版时间：2006-6

出版时间：漓江出版社

作者：吴若梅

页数：273

字数：287000

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

前言

青春，是一段没有航标的激流。
在这岁月的长河边，你将童年折成一叶纸船，让浪花载着纸船去了。
想过没有。
你的生命之舟已经驶进了这段没有航标的激流；你会遇到种种迷惘、烦恼、困惑……你的难题是重新认识自已。
中国的圣哲说过：“ 自知者明，自胜者刚。
”人只有成为自己的主人，才不至于迷失，才能在没有航标的河流中竖起自己的航标。
心理学家认为，青春期既是一个长身体、长知识、立志向的年龄段，也是一个情绪易波动、行为易出轨、交往易出岔的年龄段。
春情萌动，激荡着少年的心，我们就是要牵着少年的手，和少年们一起在没有航标的激流中前进。
有人这样形容：青春期的少年是人生十字路口的勇士.他们的第一个行动就是探索——第一个要探索的是青春期发育的自己，重新认识自己不可扼制的热情。
不知从哪一天起，你开始关心自己的高矮、胖瘦、嗓音、肤色、毛发……喜欢照镜子，注意穿戴，还在头发上做文章。
你不仅关心自己，也注意别人，暗中和别人比较；悄悄地，收集着歌星球星的照片……我们管这种心理现象叫体相意识增加。
勇士们第二个要探索的是性知识，这一切在“ 暗箱 ”中“ 操作 ”。
就是国家正式出版物中刊登的性知识方面的文章，也要自己躲起来悄悄地去读，有点怕被人误解，也有点怕被人打扰。
小说中性爱的描写，看起来有些心跳；公园长椅上的“ 情爱话廊 ”，有一点想尝试；甚至于对公共汽车上青年男女的亲昵，也会投去几缕好奇的目光……

内容概要

青春期是人生的第一堂最重要、最复杂的课，友情、爱情、性，所有的美好和诱惑相约而来。
进入青春期，你最想了解的是什么？
是性发育的迷惘，是情感的困惑，是与父母和同学交流的困难，或者是你遇到的各种挫折和伤害？
如何面对如何把握这一切，让这本书来告诉你。
少男少女的知心姐姐吴若梅，在本书中为你解开青春全部的秘密，带你进行一次快乐的青春之旅：认识我们身体，理解我们的青春情感，伴随你走过初恋的甜蜜与苦涩，指引你走出性欲的误区，与你探讨与父母、老师、同学相处的艺术，和你一起面对成长路上所遇到的挫折与失败，让我们的青春如歌飞扬！

作者简介

吴若梅，《中国中学生报》主任编辑，北京人民广播电台《今夜私语时》嘉宾主持。

1988年3月创办中国少年报社“知心姐姐热线电话”以来，新听热线电话三万余个，深受中小学生的欢迎。
自1992年起，主持《中国中学生报》青春版编辑工作，成为少男少妇女倾诉心事的知心姐姐。

<<男生女生青春课>>

书籍目录

青春的呼唤（代序）青春萌动〉认识我们的身体　我从哪里来　精子的故事　女孩初长成——初潮　女孩快快乐乐每一天——战胜痛经　　知识小帖士·少女经期八事不且　美丽从这里开始——女孩的第二性征　　知识小帖士·什么是第二性征　女孩长大了，烦恼增多了　你看过妇科吗？
　　知识小帖士·女生经期十大注意　挺起胸来做美女　从小男孩到男子汉　包皮过长勿烦恼　男生性成熟从遗精开始　你有过性自慰吗？
　　知识小帖士·性自慰的这安全与卫生　我们身边的性病和艾滋病　　知识小帖士·世界艾滋病日的历史　大家都来健美　怎样减肥才正确　　知识小帖士·少女节食减肥要注意青春诱惑〉那些发生在我们身边的爱情　你是真心喜欢我吗　她患了单相思　那双注视你的眼睛　女孩要敢于说不　Hi，交个朋友吧　性窦初开的美丽与困惑　你是男生，她是女生　独自走过单恋的女孩　没有果实的花开　播种初恋，收获什么？
　校园里的爱情　两性相吸不神秘　认识自己认识性　我长大了吗？
——谈谈性心理成熟　　知识小帖士·青春期性心理成熟的标志　春情萌动的喜与忧　春天里的第一封情书　相亲不是相爱　当你遇到“I Love you”　爱上了老师　少男少女的“白日梦”　……青春如歌〉与人相处是艺术青春飞扬〉世上没有迈不过的坎

章节摘录

很多女孩知道月经周期，但大家对月经周期的理解却五花八门，正确的说法是：一个月经周期应该从子宫出血的第一天开始，直至下一次月经来潮的第一天为止。
女孩子要有一个思想准备——作为女人，她生命中的绝大部分时间要经历这种周而复始的生理现象。一旦进人绝经期，人也便迈进老年人的行列了。
因为这种周而复始的生理现象给女性的生活带来很多不便——身体不适、工作困难、出行麻烦……一些女孩子便把月经说成是“倒霉”，这其中带有一定的被动心态，这种心态日积月累，会使女孩子产生心理障碍——每次月经来潮时由于它的作用加重了不适。
其实女孩子们大可不必为此烦恼，这是每个女孩长大成熟的标志，应该为此高兴和骄傲，要用轻松的心态对待月经来潮，承认它，接受它，放松自己就能缓解经期紧张，减少不适感。
女孩子们都很关心经血在正常情况下是什么样子，细心的女孩还发现，经血里夹带着丝丝缕缕的东西，她们弄不清那是什么，因此也在担心。
正常的经血是暗红色的，那是因为月经中含有大量的血的缘故。
经血中夹带着丝丝缕缕的东西，就是剥落下来的子宫内膜。
除此之外，经血中还带有阴道分泌物和子宫颈黏液等等。
有些女孩觉得自己的经血量过多，害怕因为来月经引起贫血。
正常的经血量在20～100毫升之间，多数成年妇女在50毫升左右，一般情况是：经期开始时是一些血性分泌物；第二天、第三天变成浓稠的血液，此时失血量较大；此后经血逐渐减少直到消失。
有时在月经后期，似乎出血已经停止，但时隔一天半天又有出血现象，且出血量较少，这是正常的。
以此推论，如果女孩子的月经出血量与上面提到的出入不大，就不会有问题；假如相差很多，就应该去医院做必要的检查。
有的女孩来信问：“来月经的时候，我怎么觉得很累呀？
”有的说：“月经来潮时腰腹真的很疼。
”还有的女孩说：“那几天我总是为一点点小事发脾气。
”这是女性来月经时最普遍的反应。
月经来潮前，盆腔就开始充血，有时还伴有肿胀；月经来潮后，要靠子宫不断收缩来排出剥落的子宫内膜。
因此，在行经的前几天出血量较多时，人会感到腰腹疼痛。
经期行将结束，盆腔充血得到缓解，疼痛会自然消失。

后记

我现在的年龄早已离青春相去甚远，可二十年来我却一直在约会青春。
我编辑的版面是青春版，我参与的广播节目叫“青春信箱”，我去讲课，面对的是朝气蓬勃的青春的面庞，我讲课的内容是青春期教育。
不由得，我忘记了年龄，忘记了自己，我的心就真的融化在青春之中了。
多少次，少男少女们问我：老师，青春到底是什么呢？
我这样告诉他们——青春，是一段没有航标的激流。
在岁月的长河里，你已经将童年折成一叶纸船，让浪花载着纸船去了。
想过没有，此时，你的生命之船已经驶进了这段没有航标的激流。
生命之船？
岁月的长河？
少男少女们还没弄明白其中的含义，就遇到了种种迷茫……你的难题是要重新认识自己。
“为什么和女生说话就脸红”、“我收到一张情人卡”、“梦里竟然出现了性”、“我难道是双性恋吗”……就这样，男生女生们的来信雪片般地飞来，五彩的信就摊开在书桌上；打开我的电子信箱，男生女生们的来信刷地闪现在眼前，又是一片的“新”。
我知道，大家希望有位能说说知心话的大朋友，于是，《男生女生青春课》就在我工作的缝隙之中写成了。
在这里，你可以找到自己、找到同学，甚至可以看到你父母和老师的影子；翻开书，我们可以倾心交谈，你会在书中找到你正苦苦寻觅的答案……《男生女生青春课》不是少男少女的绝对隐私，而是少男少女青春期的全景素描。
书中，有少男少女成长中的迷茫与疼痛，更有他们沐浴阳光、经历风雨后的笑声与感悟。
青春就像是一艘船，她在风浪中搏击。

编辑推荐

《男生女生青春课》：少男少女的知心姐姐吴若梅告诉你青春的全部秘密★《中国中学生报》青春版主北京人民广播电台《今夜私语时》嘉宾主持★倾听你的悄悄话，与你分享成长的喜悦与烦恼青春期的少年是人生十字路口的勇士，他们的第一个行动就是探索让青春成为人生的一道亮丽风景，而不是遗憾事叹息走进男生女生青春课堂，让我们认识自己青春的身体，让我们了解性，让我们学习与他人交往的艺术，让我们鼓起战胜挫折的勇气——把青春化成一场走向灿烂人生的修炼

第一图书网, tushu007.com

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