

图书基本信息

书名：<<轻轻松松度青春(青少年心理门诊图文版)>>

13位ISBN编号：9787801584823

10位ISBN编号：7801584821

出版时间：2005-1-1

出版时间：蓝天

作者：孙远刚

页数：318

字数：244000

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>

内容概要

远处青春的钟声已经敲响，岁月的巨轮悄然将我们载入了花季的港湾。

花季里的女孩，你为何多愁善感、莫名忧伤？

花季里的男孩，你为何浑身是胆、叛逆张狂？

蓦然回首，漫漫人生我们刚刚走过了第一个驿站；展望未来，等待我们的有荆棘泥泞、也有灿烂阳光

.....

书籍目录

第一章 身心篇 1 科学用脑，防止学习疲劳 2 睡眠不是小问题 3 面对遗精，放松心情 4 手淫就是坏孩子吗 5 其实你不胖 6 面对月经初潮不要紧张 7 勇敢面对身体的变化 8 其实“痘痘”不可怕 9 我有胡子，我很酷 10 “禁果”偷吃不得 第二章 个性与社会性 1 不同气质类型的人都能成功 2 男女生的性别能力差异 3 学会与老师相处 4 异性关注不是早恋 5 “两期相遇”的平衡过渡 6 不要盲目攀比高消费 7 灾害突然来临 8 不要太好胜 9 离异家庭中子女的性格缺陷问题 10 别人作弊，我不作弊 第三章 中学生学习问题篇 1 别把“分心”当小事 2 多嘴多舌是毛病 3 为啥脑子空荡荡 4 对待考试焦虑有良策 5 “终点”也是“起点” 6 别再从课堂上“逃跑” 7 书要这样读 8 神奇的记忆力 9 提高创造发明能力的小诀窍 10 技能练习的“高原现象” 第四章 中学生行为问题篇 1 亦步亦趋的从众 2 克服依赖 走向独立 3 追星逐月需有度 4 珍爱青春 珍爱生命 5 和暴力行为说“不” 6 异性效应 巧妙为之 7 改变不良倾向 重塑完美自我 8 知情不举为哪般 9 云里雾里的瘾君子 10 夜半梦游莫轻视 第五章 中学生情绪情感问题篇 第六章 中学生教育问题篇

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>