

《女孩不好意思问的事儿》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2015年10月01日

开本：16开

纸张：轻型纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787548421191

内容简介

《女孩不好意思问的事儿》是哈尔滨出版社出版的专门写给青春期女孩和家长的图书。本书实用价值较高，详细描述了青春期女孩所苦恼的各种问题。先是以青春期女孩的口吻进行提问，然后作者将这些问题进行具体讲解，并在每个问题的后面给予适当提醒，内容通俗易懂，脉络连贯、清晰。

对于每一个青春期女孩来说，身体和心理都会产生多种变化，对于这些变化可能会羞于启齿。这就需要别人给予适当的引导，作者用亲切朴素的文字将这些问题进行详细解答并在每一篇章的末尾给予年轻女孩以建议。本书中所涉及的问题是具有普遍性和代表性的，不仅可以给予每一个青春期女孩以指导，也使每一位家长能够及时关注处在青春期的孩子的身体和心理问题，引导孩子健康、平安长大。

哈尔滨出版社出版的《女孩不好意思问的事儿》语言平实，文字流畅，给青春期女孩以指导，给父母以借鉴。

目录

第一章 你的身体正在发育

1. 到了青春期就是要进入成年吗？
2. 胸前的“小豆豆”怎么变成了“小馒头”？
3. 胸部好疼，我是不是病了？
4. 乳房里怎么会有肿块？
5. 左右两胸为什么不一样大？
6. 没有乳房行不行？
7. 脸蛋被可恶的痘痘毁了！
8. 我的屁股怎么变大了？
9. 我是变老了吗，怎么长了白头发？
10. 腋毛丑死了，我想把它除掉！

11. 私密处长了好多恶心的毛毛！
 12. 平躺时，我的下身怎么隆起了？
- ### 第一章 你的身体正在发育
1. 到了青春期就是要进入成年吗？
 2. 胸前的“小豆豆”怎么变成了“小馒头”？
 3. 胸部好疼，我是不是病了？
 4. 乳房里怎么会有肿块？
 5. 左右两胸为什么不一样大？
 6. 没有乳房行不行？
 7. 脸蛋被可恶的痘痘毁了！
 8. 我的屁股怎么变大了？
 9. 我是变老了吗，怎么长了白头发？
 10. 腋毛丑死了，我想把它除掉！
 11. 私密处长了好多恶心的毛毛！
 12. 平躺时，我的下身怎么隆起了？
 13. 我的身体怎么往外流白色的东西？
 14. 我怎么尿血了，是得了绝症吗？
 15. “大姨妈”来时肚子疼是正常的吗？
 16. 月经流那么多血，我会不会贫血啊？
 17. 我没胖，但怎么重了好多？
 18. 我怎么好像不长个子了？
 19. 雌激素会消失吗？
- ### 第二章 他让你充满好奇
1. 青春期时，男孩和女孩的变化一样吗？
 2. 男孩体内的雄激素是否会出现不足呢？
 3. 雌雄两种性激素的作用是一样的吗？
 4. 男孩嗓子上的“包”是什么？
 5. 男孩的粗声音真难听！
 6. 为什么男孩会长胡子？
 7. 男孩身上的毛毛怎么又长又多？
 8. 男孩的胸是平的，他们没有乳房吗？
 9. 男孩的生殖器官跟女孩的一样吗？
 10. 阴囊是干什么用的？
 11. 男孩是不是也来“大姨妈”？
 12. 精液也是红色的吗？
 13. 男孩好像一夜就长高了！
 14. 男女性格有什么差别？
 15. 男生真的比女生聪明吗？
 16. 为什么男生爱打架？
 17. 性和道德有关系吗？
- ### 第三章 朦胧的情愫
1. 我为什么不喜欢和男生玩了？
 2. 男生眼里的我是什么样的？
 3. 我为什么会想要亲近他？
 4. 我的表白被拒绝了，怎么办？
 5. 我怎么做才能不再暗恋他？
 6. 我收到情书了，该怎么处理？
 7. 男孩都喜欢什么样的女孩？
 8. 我和他不是情侣，但没有人相信
 9. 我怎样和男生交往？
 10. 早恋很不好吗？
 11. 我喜欢上了老师怎么办？
 12. 我特别崇拜一个人！
- ### 第四章 “性”并不神秘
1. 爸妈亲吻就能生下我吗？
 2. 精子怎么会是“小蝌蚪”？
 3. 睾丸和卵巢是什么？
 4. 精子和卵子“最美的相遇”
 5. 生男生女由谁决定？
 6. 生双胞胎是怎么回事？
 7. 试管里还可以长出孩子吗？
 8. 难道我真的是爸爸妈妈捡来的？
 9. 贞操是什么，很重要吗？
 10. 处女膜是每个女孩都有的吗？
 11. 什么是人流？
 12. 避孕套是什么？
 13. 避孕药对身体有什么害处吗？
 14. 性病是不是很可怕？
 15. 什么原因会使人患上艾滋病？
 16. 性别相同不能恋爱吗？
 17. 她们这样算不算同性恋？
 18. 什么样的人算性变态？
 19. 强奸真的会发生吗？
 20. 什么算是性骚扰呢？
 21. 发生生关系后不负责是不是犯法了？
- ### 第五章 青春期的烦恼事
1. 身体的变化让我好尴尬
 2. 做女生真麻烦！
 3. 我感到好孤独，为什么没人理解我？
 4. 被人喜欢也是件麻烦事儿
 5. 同学总说我和他在交往，烦死了！
 6. 有了“性幻想”的我，是不是变坏了？
 7. 我怀疑自己不是爸妈亲生的
 8. 加入班里的“小团体”是好是坏？
 9. 我和闺蜜绝交了，心里很难受
 10. 怎样才能预防牙疼呢？
 11. 我好讨厌上学，可以不去吗？
- ### 第六章 学会保护自己的身体
1. 胸前鼓鼓的，好丢脸，我能束胸吗？
 2. 怎么选择适合自己的胸罩？
 3. 我的“大姨妈”是不是不正常呢？
 4. 月经来时应注意什么？

5. 经期的体育课怎么办？
 6. 为什么要经常清洗屁股？
 7. 裸睡很舒服，但是否健康呢？
 8. 高跟鞋很好看，为什么我不能穿？
 9. 管不住自己的嘴，身材变胖了，怎么办？
 10. 我成了“小罗锅”，还能变回去吗？
 11. “早孕”就是很早怀孕吗？
- 第七章
学会抵制诱惑
1. “男朋友”竟然逼我卖淫
 2. 认识的姐姐竟然教我吸毒
 3. 约见有钱的网友，对方要我陪他一夜
 4. 偶像身上的那件衣服真好看，我也想买
 5. 小说还没看完，上课我要继续看！
 6. 网上的激情视频，可以看吗？
 7. 醉酒之后，我做了很奇怪的事情

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

1.到了青春期就是要进入成年吗？【我的困惑】常会听到身边的朋友说：“我到青春来了，就要进入成年了。”那么，什么是青春期呢？为什么到了青春期就是要进入成年了呢？【敞开心扉】他说得对，青春期是人从儿童向成年过渡的时期，如果你正处在青春期，那你确实离成年不远了。不过，他所说的成年，指的只是生理上向成年转变，离真正的成年还是有些距离的。青春期的你们在心理方面，还表现出很多不成熟的地方。虽已经有了一定的独立性，但还没有完全独立，在许多方面，仍需要依赖父母，你们在法律上没有成为完全刑事责任能力人，并不能对自己所有的行为都负责任，这和成年人有很大的差别。

那么，青春期到底应该是什么样的呢？其实，青春期的样子都体现在你们男孩女孩的身体上。说简单点就是，青春期是真正进入了“男女有别”的时期。在这个时间段里，男孩和女孩不论是身体还是心理，都开始趋向不同。在这个时期，女孩胸前的“小豆豆”开始发胀变大了，来了“大姨妈”；男孩开始长胡子，生殖器官开始发育。不论是男孩还是女孩，到了这个时期，都开始具备了生育的能力。

过了青春期，有了生育能力的你，在生理上就不再是小孩子了，而是像妈妈一样的成年人了。

“小豆豆”你很清楚，可是“大姨妈”是什么呢？这里的“大姨妈”可不是家里的亲戚啊，我所说的“大姨妈”是女孩的好朋友，跟我们的关系可非同一般呢，先别急，后面再跟你好好介绍它。

那么青春期是从什么时候开始的呢？这个问题还真的没有明确答案。一般来说，女孩的青春期比男孩早两年左右，从10--12岁开始，男孩则从12—14岁开始。不过，因为人和人发育的早晚快慢不同，青春期的具体时间确定不了，人们通常把10--20岁这段时间称为青春期，但是男生的发育要比女生晚两年左右，这是可以确定的。

所以，当你发现班级里的女孩一般都比男孩高，还因此窃喜的时候，你要知道这个可是暂时的啊，因为男孩比女孩发育得晚，等到男孩开始发育的时候，他们就像雨后的竹笋一样，一夜间就变成大个儿了，那才让人惊讶呢。那时候你就会发现，曾经坐在第一排的小个子男生突然被调到了倒数的几排，他的个子也迅速地超过了你，这就是青春期的神奇之处啦，在真正长大之后谁高谁矮还真的不一定呢！青春期是个梦一样的时期。有

位儿童专家曾称青春期是孩子换壳儿期，就像大龙虾换壳儿一样，你们把自己原来的样子换掉，一直到有全新的样式，其间身体发育伴随着灵魂上的成熟，会平添很多欢乐，也有很多烦恼，而这，正是成人之初的珍贵体验。

青春期的你们，智力发展特别迅速，你们仿佛一下子就成了大人，不仅是观察能力，就连思维能力、想象力、创造力也都有了很大的飞跃。你们开始尝试自己解决遇到的种种问题，也开始尝试用各种方法去解决问题，这一点是非常好的。1.到了青春期就是要进入成年吗？【我的困惑】常会听到身边的朋友说：“我到青春期了，就要进入成年了。”那么，什么是青春期呢？为什么到了青春期就是要进入成年了呢？【敞开心扉】他说得对，青春期是人从儿童向成年过渡的时期，如果你正处在青春期，那你确实离成年不远了。不过，他所说的成年，指的只是生理上向成年转变，离真正的成年还是有些距离的。青春期的你们在心理方面，还表现出很多不成熟的地方。虽已经有了一定的独立性，但还没有完全独立，在许多方面，仍需要依赖父母，你们在法律上没有成为完全刑事责任能力人，并不能对自己所有的行为都负责任，这和成年人有很大的差别。那么，青春期到底应该是什么样的呢？其实，青春期的样子都体现在你们男孩女孩的身体上。说简单点就是，青春期是真正进入了“男女有别”的时期。在这个时间段里，男孩和女孩不论是身体还是心理，都开始趋向不同。在这个时期，女孩胸前的“小豆豆”开始发胀变大了，来了“大姨妈”；男孩开始长胡子，生殖器官开始发育。不论是男孩还是女孩，到了这个时期，都开始具备了生育的能力。过了青春期，有了生育能力的你，在生理上就不再是小孩子了，而是像妈妈一样的成年人了。“小豆豆”你很清楚，可是“大姨妈”是什么呢？这里的“大姨妈”可不是家里的亲戚啊，我所说的“大姨妈”是女孩的好朋友，跟我们的关系可非同一般呢，先别急，后面再跟你好好介绍它。那么青春期是从什么时候开始的呢？这个问题还真的没有明确答案。一般来说，女孩的青春期比男孩早两年左右，从10--12岁开始，男孩则从12—14岁开始。不过，因为人和人发育的早晚快慢不同，青春期的具体时间确定不了，人们通常把10--20岁这段时间称为青春期，但是男生的发育要比女生晚两年左右，这是可以确定的。所以，当你发现班级里的女孩一般都比男孩高，还因此窃喜的时候，你要知道这个可是暂时的啊，因为男孩比女孩发育得晚，等到男孩开始发育的时候，他们就像雨后的竹笋一样，一夜间就变成大个儿了，那才让人惊讶呢。那时候你就会发现，曾经坐在第一排的小个子男生突然被调到了倒数的几排，他的个子也迅速地超过了你，这就是青春期的神奇之处啦，在真正长大之后谁高谁矮还真的不一定呢！青春期是个梦一样的时期。有位儿童专家曾称青春期是孩子换壳儿期，就像大龙虾换壳儿一样，你们把自己原来的样子换掉，一直到有全新的样式，其间身体发育伴随着灵魂上的成熟，会平添很多欢乐，也有很多烦恼，而这，正是成人之初的珍贵体验。青春期的你们，智力发展特别迅速，你们仿佛一下子就成了大人，不仅是观察能力，就连思维能力、想象力、创造力也都有了很大的飞跃。你们开始尝试自己解决遇到的种种问题，也开始尝试用各种方法去解决问题，这一点是非常好的。成年之后，我们智力的发展基本就停止了，智慧的火花好像远离了我们。由此可见，青少年时期思维方式的养成和思维能力的培养是极其重要的，青春期在人一生的智力发育中占有重要的位置。所以，这么重要的时期你们千万不要错过啊，好好地把握这个时期，让自己潜在的实力发挥出来吧。【小小提醒】青春期不只是进入“男女有别”的时期，也是开始对异性产生好感的时期。进入青春期后，女孩不仅要面对自己身体的变化，还要面对许多情感上的困扰。例如会情不自禁地接近异性，但接触异性时又常感到不知所措。这些都是青春期正常的生理和心理现象，千万别紧张、恐慌，有心事就跟父母和老师

讲讲，在成年人的正确引导下，青春期的所有问题都不是问题。2.胸前的“小豆豆”怎么变成了“小馒头”？【我的困惑】最近我胸前的“小豆豆”好像变大了，周围出现了小鼓包，感觉“小豆豆”好像变成了一个“小馒头”，这是怎么回事啊？【敞开心扉】小丫头，姐姐要恭喜你，这是你的乳房开始发育了，你就要变成大姑娘了。你所说的胸前的“小豆豆”，学名叫作乳房，你一定跟妈妈一起洗过澡吧？那你肯定注意到了妈妈胸前隆起的部位，那就是乳房。我们在前面解释青春期的特征时，曾提到过乳房发育。其实在进入青春期后，女孩最先发育的部位就是乳房。乳房分两个部分，外部位和内部位，主要由乳腺和一些肌肉组织组成。大部分女孩乳房是从10岁开始发育的，不过也有特例，有些女孩8岁左右乳房就开始发育了呢。你一定好奇乳房是怎么从“小豆豆”变成像妈妈的那么大的吧？现在就给你讲讲你的“小豆豆”的成长史，但你要做好心理准备啊，因为这个成长史还是比较漫长的，里面还会时常出现一些让你着急上火的小插曲。先说说你的“小豆豆”，就是你胸前突起的那两个小头儿，它们叫乳头。乳头周围是不是有一圈颜色发暗的皮肤呢？那个叫乳晕。在还没有一点儿发育征兆时，男孩女孩的胸都是一样的，只有小乳头和乳晕，也都是平平的小身板儿。但是现在，你的“小豆豆”周围却出现了小鼓包，变成了“小馒头”的形状，虽然“小馒头”还很小，但是却已经能看出改变了。这是到乳蕾期了，意思是说你的“小豆豆”现在可以改名叫“小蓓蕾”了。赶紧拍着小胸脯骄傲吧，从现在起，你可跟男孩不再一样了，你要告别小平胸喽！这个小鼓包出现不久，你的乳头也会开始变大，乳晕逐渐扩展，乳头和乳晕的颜色也慢慢加深……这个过程大约会持续到你十四五岁，等到那时，你的乳房发育得就比较明显了，“小豆豆”变成更大一些的“小馒头”；等到十六七岁时，你的乳房趋向丰满，乳晕轻微下陷，乳头会尤为突出；等你到了18、20岁的时候，蓓蕾绽放，你的双乳就会跟妈妈的一样大而漂亮了。总的来说，我们的乳房发育大致要经历五个阶段。第一阶段是从1岁至9岁，这时候的我们还没有进入青春期，所以乳房还没有开始发育，还和男孩一样是小平胸。第二阶段是从10岁至11岁，这时候我们的乳房已经开始发育，乳头下的乳房胚芽开始生长，乳房微微隆起，呈圆丘形状。第三阶段是从12岁至13岁，这时候的乳房开始慢慢变圆，渐渐向着成人乳房的样子变化，只是这时候的乳房还比较小，没有发育完全。第四阶段是从14岁至15岁，这时候我们的乳房开始迅速增大，乳头和乳晕也开始向前突出，像一个小球一样。如果这时候你的乳房的变化很小，甚至和第三阶段没有太大差别，那你就要从自身找找原因了。第五阶段就是青春期的发育后期了，是16岁至18岁这个阶段，这时候我们的乳房就和妈妈的一样了，乳头和乳晕形成的小球与乳房融为一体，这时候的乳房就是美美的、丰满的胸部了。乳房发育的时间是不是有些长呢？不过也正是因为乳房的发育时间长，它才能长成妈妈那样的美丽样子哟。小丫头别心急，也不要看别人的乳房比自己大就开始怀疑这怀疑那，你们都会变成大美女的，不同的就只是发育时间。【小小提醒】并不是每个女孩在发育成熟后乳房都是匀称、丰满的，有的女孩乳房很小，有的女孩乳房很大……造成女孩乳房发育不同的原因有很多，像遗传，营养是否充足等等。所以千万不要因为自己的乳房偏小，就非常羡慕别人哟。在青春期乳房发育时，女孩一定要注意饮食，保证营养均衡，同时还要学会好好呵护自己的乳房。只有乳房发育好了，未来才会拥有更加完美的身材！……

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)