

# 《爸妈说给青春期女孩的心里话》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506485470

## 内容简介

处在青春期的女孩，如同一朵含苞待放的花朵，一切的准备都为了最后绽放的那一刻。在等待绽放的过程中，女孩的身体和心理都在慢慢发生着变化，这些细小的变化盘旋在女孩的心头，不知该向谁去诉说。父母作为过来人，有些心里话要说给青春期的女孩们听，有父母的陪伴，青春期的你一定是最美丽的花骨朵。

《爸妈说给青春期女孩的心里话》运用温柔的笔触、有趣的案例，帮助害羞的女孩一点点打开青春期的心房。通过讲述女孩身体的变化和心里的变化帮你揭秘成长中的烦恼，让你在正确认识自己身体的同时，勇敢面对自己的变化，没有负担的成长才是最快乐的。女孩们一直是父母的小棉袄，在青春期，不如让父母做你的“大棉袄”，让他们的话带你绕过青春的荆棘。

## 作者简介

杜金环，毕业于黑龙江大学，致力于亲子教育的实践和研究，从事亲子教育多年，擅长将丰富的中外教育学、心理学知识和一系列实用的教育方法、技巧糅合进一个个精彩生动的案例中，娓娓道来，既具有发人深省的穿透力，又具有春风化雨般的感染力。同时，长期专注于家庭成功教育和青少年心理健康的研究，从青少年成长的生活现实和心理现实出发，对于青春期男孩女孩成长中的问题，认识深刻而敏锐，其教育理念具有很强的指导性，深受广大师生家长的赞誉和欢迎。

## 目录

第一篇身体变化：“丑小鸭”变成

“白天鹅”别惶恐

第1章 孕育美丽，胸部的变化很正常

胸部的发育让你呈现女性的美丽

该到选择合适的文胸的时候了

胀痛和发痒都是胸部发育的现象

乳头为什么会有分泌物

乳房里面似乎有硬的东西了

胸部大小不一样怎么办？

不知所措的月经初潮的来临

经量多少与经期规律要掌握

女孩该如何调节痛经

女孩要学会正确挑选和使用卫生巾

内裤上的分泌物告诉了女孩什么

第2章 月经来了，女孩儿你该怎么办不知所措的月经初潮的来临

经量多少与经期规律要掌握女孩该如何调节痛经女孩要学会正确挑选和使用卫生巾

内裤上的分泌物告诉了女孩什么清洁并呵护女孩的私密处来月经要注意饮食中的禁忌

第4章 正视变化，正确对待身体的小问题身上的体味儿叫女孩如何是好让我烦恼的狐臭

我怎么会有“小胡子”了呢白带的小烦恼身上的汗毛好像越来越重了

清洗身体，注意私处的卫生下体感到瘙痒怎么办正确认识自慰

第6章 躁动不安，我的情绪为何这么不稳定我变得多愁善感陷入顽固的忧郁中无法自拔

他人的评价和看法会影响我的心情最怕做了当众出丑的事情莫名的烦躁让我很苦恼

我开始会对父母的管教发脾气我甚至想和老师大吵一架

第8章 悸动的心，青春期女孩的“爱”幻想青春期的你要对性有正确的了解

有“幻想”其实是一件很正常的事情性早熟和性晚熟是指什么性爱还不属于你这个年纪

女孩儿，要把自爱放在首位梦里的画面不好意思说出口

学会坚定地拒绝男孩的不合理要求如何防止遭遇性侵害学会理智地对待两情相悦

第三篇“四面楚歌”：看待成长的烦恼第10章 亲情沟通，家庭中的烦恼细心对待

我不知道怎么和父母沟通爸爸妈妈，请你们理解我日记被父母偷看怎么办

其实我也想多做些家务父母忙于工作，与我没有共同语言父母要离婚，我该怎么办

无法接受继父或继母，怎么办我想念爷爷奶奶

第12章 友情之间，学会处理朋友间的小矛盾什么才是友情，谁才是益友

我的好朋友跟别人好了关键时刻，朋友“出卖”我，怎么办我不想把笔记借给朋友

朋友考试抄袭我的答案我会嫉妒朋友考试比我好我讨厌她，她却偏偏黏着我

和男生做朋友被大家误会早恋

第14章 成绩压力，我的学习哪里有问题考试时他们都作弊可怕的考试排名让我压力很大

我的理科成绩变得好差学习到底有没有诀窍男生为什么学得那么快

作业太多了，时间总是不够用我总是无法集中精力我的体育成绩很糟糕

感觉自己似乎有厌学症

第16章 翘首远方，理想与目标该如何看待学习不好就毫无前途吗

我考大学就一定奔着清华北大吗大人们说我的理想不现实我怎么才能实现我的理想

树立正确的榜样与偶像大胆地思考，学会给自己创造机会……

[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)