

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

图书基本信息

书名：<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

13位ISBN编号：9787505424708

10位ISBN编号：750542470X

出版时间：2010-10

出版时间：朝华

作者：吴海溪

页数：236

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>

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

内容概要

我的女儿，仿佛昨天你还在襁褓中哇哇大哭，今天你就已经长成亭亭玉立的少女。经历过温馨的童年，现在你已经进入了青春期，这标志着你将要做好迈向成人的准备。

你现在正在经历的一切，都是妈妈当年经历过的。

从你出生的那一刻开始，为了不让你走弯路、错路，妈妈就想把自己生命里全部的经验都告诉你。也许这些教导让你听上去有些乏味，但却浸透了妈妈成长时期的各种经验。

我希望在这个花季，我亲爱的女儿能如同花苞一样逐渐绽放，吐露花蕊，成为一朵迎风招展的幸福小花儿。

让我们一起努力吧！

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

作者简介

吴海溪，女，资深编辑，教育工作者，曾多年工作于教育一线，现从事儿童、青少年心理及家庭教育研究，力求用自己的教育理论给天下教子心切的父母带来帮助，已出版《10~16岁叛逆期1，父母最关心的66个教育问题》《10~16岁叛逆期2，千万别和青春期的孩子较劲》《富养女孩的100个细节》《13岁前，妈妈不可不知的那些心理学》《0~6岁早期教育，决定孩子的一生》等家教图书。其作品科学严谨，文字逻辑性强，案例选取源于生活，语言通俗活泼，深受广大父母喜爱。

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

书籍目录

序章 妈妈的开场白妈妈也曾经历过青春期 / 2 养育女儿的幸福——吾家有女初长成 / 4 走进青春期，你做好心理准备了吗？ / 6

第一章 了解悄悄变化的身体啊，遭遇讨厌的青春痘 / 10 呜呜呜，我会不会变成“长毛怪”？ / 13 我不要变成“小四眼” / 16 女孩子也长小胡子吗？ / 18 上课越来越瞌睡了 / 20 为什么声音越来越尖？ / 22 关于减肥这件事 / 24 我要长高 / 27

第二章 来和妈妈聊聊最敏感的话题胸部凸起了小花蕾 / 30 穿戴文胸有技巧 / 32 胸部两侧不对称怎么办？ / 34 到底胸大好还是胸小好？ / 36 每个月的“好朋友”——什么是月经？ / 38 如何挑选卫生巾？ / 41 内裤上的白色东东是什么？ / 43 讨人厌的经期肚子痛 / 45 “好朋友”光顾时间不准确怎么办？ / 47 当月经遇到体育课 / 49 了解“经前期综合征” / 51

第三章 青春期的那些小情绪妈妈，我不想长大 / 54 开始越来越“臭美”了 / 57 为什么会变得越来越敏感？ / 59 最近总是爱发火 / 61 突然陷入极端的自卑 / 63 想尝试一下酒精麻醉的感觉 / 65 这个老师太讨厌了 / 67 化妆进行曲 / 70 哼，谁没有虚荣心？ / 73 谁是那只骄傲的孔雀？ / 76 痛苦的失眠夜 / 78 我渴望被关注 / 80 死，真的那么可怕吗？ / 82

第四章 不可不说的早恋与性到底什么是早恋？ / 86 天啊，我为什么会做和男孩子在一起的梦？ / 88 男孩喜欢什么类型的女孩？ / 90 新来的男老师好帅啊 / 92 收到了一封“情书” / 94 男女拥抱、亲吻就会怀孕吗？ / 96 “假小子”和“娘娘腔” / 98 情色小说的诱惑 / 100 偷偷喜欢上了网络上的他 / 102

第五章 那些好女孩应该具有的品质可怕的军训开始啦 / 106 我迷上了电脑游戏 / 109 摆脱“小马虎”的头衔 / 112 女孩就是要独立 / 114 “一言九鼎”的分量 / 116 主人翁精神——培养责任感 / 118 不再“三分钟热度” / 120 家务到底谁来干？ / 122 小声说句：刻薄的女孩没人爱 / 124 可耻的铺张浪费 / 126 女孩更需要勇气 / 128 坚强地面对生活 / 131 好女孩就是要助人为乐 / 134 做事学会有计划 / 136 超强的时间观念 / 138 只有尊重才能换来尊重 / 141 理财靠自己——做一个快乐的小财女 / 144

第六章 学较里的人际交往和闺蜜之间的悄悄话 / 148 完了，我被误解了 / 150 怎样和男孩恰当相处？ / 152 班花很了不起吗？ / 155 建立合理的择友标准 / 158 女孩更要学会说“不” / 160 老师是只可远观不可亲近的吗？ / 163 遭遇讨厌的转校生 / 165 怎么才能让同学们喜欢我？ / 167 “绝交”——她不再是我的闺蜜了 / 169

第七章 青春期的重头戏——学习好才是真的好女孩子会越来越笨吗？ / 172.....

第八章 女孩要学会保护自己

第九章 与父母的碰撞

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

章节摘录

插图：花了我一周的零花钱，我终于有了人生中第一支睫毛膏！

我刷我刷我刷刷刷。

好像长了那么一点，再刷，呵呵，好像还行。

我又急急忙忙来到妈妈的卧室，想想妈妈平时化妆的样子。

于是，我毫不犹豫地翻出了妈妈的化妆品。

先拿出粉底，用力拧开，用鼻子闻闻，可真香！

不管它三七二十一，我把食指往瓶子里一伸，把粉底抹到了脸上，顿时，一个花脸就诞生了。

好一阵胡描之后，我满足地照照镜子，嘿，还挺漂亮的！

第一次化妆，自我感觉良好。

但过了一会儿，就感觉很不习惯，一点都不舒服。

到了晚上，我发现还是喜欢自己平常的样子，那样才最适合我，最舒服最自然！

嗯，还是自然的好，自然才最美。

呵呵，是啊，自然才最美，而且你现在还没到化妆的年龄啊。

青春期来，皮皮肤受到激素的影响，代谢旺盛，皮肤的一些附属物如汗腺、皮脂腺迅速增长，大量皮脂淤积于腺体内，如果腺体出口被堵塞，就会形成痤疮，也就是青春痘。

如果经常使用化妆品，必然会加重皮肤的负担。

化妆品可能会带来如下危害：1.化妆品由化学物质合成，并不是皮肤营养、代谢所必需的营养素。

其中一些成分如铅对人体有害，长期使用，会破坏皮肤的屏障作用，使皮肤局部含铅量过高，引起色素沉着，还可能引起人体慢性铅中毒。

2.化妆品极易堵塞皮脂腺，影响代谢物质排泄，加重痤疮。

如果痤疮感染，还会产生面部疾痕造成永久遗憾。

5.某些化妆品，由于其成分有问题或含有杂质，可引起皮肤过敏。

其实，每一个具有青春活力的女孩都有自己的美，并不需要太多的修饰。

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

编辑推荐

《青春期,妈妈说给女儿的悄悄话》：青春期是女孩人生中最美丽的成长岁月，这个时候她的身体、心理都发生了巨大的变化。

让女儿度过一个安心、无忧的青春期，绽放出绚丽的光彩，留下动人的回忆，是所有父母的心愿。

希望这份送给女儿的礼物让天下父母如愿以偿！

用最贴心的话语、最深情的声音、最感动的文字，带给女儿最温暖的青春期！

<<青春期，妈妈说给女儿的悄悄话>>

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>