

<<男生悄悄话>>

图书基本信息

书名：<<男生悄悄话>>

13位ISBN编号：9787538866384

10位ISBN编号：7538866388

出版时间：2011-5

出版时间：黑龙江科技

作者：余可

页数：383

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>

<<男生悄悄话>>

内容概要

《男生悄悄话：阳光少男登上成功快车》少男青春期的秘密。生理、容貌、举止、操守、处世、求学、健康、防卫……细细为你讲述，快乐、烦恼、忧愁、友情、亲情、爱情、成败、得失……娓娓为你道来。阳光一样灿烂的年华是一段让人羡慕和追忆的岁月，我们在这里天真过、快乐过、不羁过、成功过、也失败过……，叛逆率性的年龄注定我们要在这里接受成长烦恼的洗礼。这本书是帮你开启成功之门的金钥匙，为你扫除成长道路上德尔一切阴霾。

<<男生悄悄话>>

书籍目录

第一部分：生理危机

- 一、生理的迷惑
- 二、发育的恐慌
- 一、发育的恐慌
- 三、青春期的危险讯号
- 四、从男孩变成男人

第二部分：心理危机

- 一、不安的情绪
- 二、非常的感受
- 三、爱情的迷惑
- 四、愤怒与害羞
- 五、无聊与压力

第三部分：成长危机

- 一、缺乏被尊重感
- 二、缺乏安全感
- 三、挫折与适应
- 四、自我认识

第四部分：危险青春期

- 一、性征的差异
- 二、理想不切实际
- 三、太多的心理需求
- 四、孤独与寂寞
- 五、不良爱好

第五部分：读书与交往的风险

- 一、读书的压力
- 二、厌学与逃学
- 三、结交髓友
- 四、和异性相处

第六部分：代沟与冲突

- 一、独立意识的觉醒
- 二、不同年代的冲突
- 三、空虚与危机
- 四、拒绝沟通

第七部分：品质与素质

- 一、不负责任
- 二、抽烟行为
- 三、本能的愤怒
- 四、说谎时期

第八部分益智有方法

- 一、针灸按摩益智
- 二、形体体操益智
- 三、音乐益智法

第九部分青春期保健

- 一、青春期饮食
- 二、娱乐益智

<<男生悄悄话>>

三、手指健身

第十部分紧急救助

一、意外发生时的基础护理

二、辅助方法与包扎

三、伤员搬运

第十二部分：应付伤害的基本常识

一、救生法

二、中毒处理

三、伤口与感染

四、出血

五、灼伤

六、眼部器官伤害

七、异物进入耳朵、鼻子及皮肤

<<男生悄悄话>>

章节摘录

版权页：插图：少年时期开始慢慢建立自己生活的标准，但是由于涉世未深，又没有完全自立，所以，他们的标准，常常和成人眼中的标准不一致。

许多父母或长辈常常责备孩子不知世道艰辛，只会贪图享受，青少年则是以同辈团体中的其他人做标准，觉得父母亲真是太古板、太小气了。

如果心中积压了不满，青少年就会寻求其他方法来发泄。

他可能对生活感到很失望，因而成为一个退缩消极的人；他也可能变成只顾自己享受、不懂得顾念别人需要的人，因此而失去许多朋友，或是结交一群酒肉朋友，这是很危险的。

少年朋友常会遭遇到一些烦恼的问题，这些问题表面上看来，好像是个别现象，然而仔细探究，这些所谓的不适应，甚至是偏差行为的背后，往往牵涉到一种共同的心理现象，那就是面临严重的挫折感，却不知应如何处理。

通常我们所谓的挫折，是指碰到困难却无法有效解决，或是付出了努力却没有得到适当的回馈，所引起的失败和失望的情绪感受。

对于少年阶段的朋友来说，挫折感通常来自于四个方面，即是生理、心理、人际关系以及与亲人沟通

。

<<男生悄悄话>>

编辑推荐

《男生悄悄话:阳光少男登上成功快车》少男青春期的秘密。
生理、容貌、举止、操守、处世、求学、健康、防卫……细细为你讲述，快乐、烦恼、忧愁、友情、亲情、爱情、成败、得失……娓娓为你道来。

<<男生悄悄话>>

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>