

<<掀起青春的盖头来>>

图书基本信息

书名：<<掀起青春的盖头来>>

13位ISBN编号：9787536825888

10位ISBN编号：7536825889

出版时间：2011-5

出版时间：陕西出版集团，陕西人民美术出版社

作者：林自勇 编

页数：200

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>

## <<掀起青春的盖头来>>

### 前言

“关关雎鸠，在河之洲，窈窕淑女，君子好逑”。

这是《诗经》中《关雎》中的经典名句，讲的是一个男子对女子的爱慕之情。

古时女子十五及笄，则可出嫁；男子二十弱冠，举行礼仪，表示成人。

在这个懵懵懂懂，情窦初开的时期，少男少女们的心思如走进阳春三月烟雨朦胧的江南，用他们纯真的心，好奇的眼睛看着这个五光十色的世界，会因为看见赏心悦目的他（她）而羞涩腼腆，也会因为一点点外面世界的诱惑，而变得无所适从。

青少年的身体也在发生着微妙的变化，男孩的身体迅速长高，喉结凸显，女孩的乳房发育，女性特征逐渐明显。

所有这一切都让男孩女孩觉得新鲜，甚至莫名的恐慌，不知如何自处。

这些都是我们身体发育必经的阶段，也就是在这个发育过程中我们的心智逐渐成熟，为下一步步入成人社会进行着对自身，对周遭，以及社会懵懂认知的逐步完善。

在学校，既有同性异性的同学，又有风度翩翩温柔美丽的老师。

在校外，随着信息产业的迅速发展，也能接触到不少的诱惑。

花样年华的男孩女孩，心思总是多，原始的懵懂情愫渐渐苏醒，面对着内心深处的一点点爱慕，一点点慌张，一点点悸动，无论心中雀跃，还是忐忑不安，都会让青少年的心态不稳。

此时，我们的青少年朋友需要的是正确的引导，正视自身的发育，客观评价和应对内心的萌动和外界的诱惑，懂得如何接受和拒绝，以道德规范行为。

以免因一时无知，酿成大错，抱憾终身。

本书从男孩女孩综合的心理特征，生理特征，懵懂的性意识，现实中形形色色的诱惑以及男女的特色差异等方面，分析了我们在青春期遇到的一系列问题，进行关爱青少年身心健康成长，使青少年朋友们能够正视自己遇到的困惑，完善自己的人格，更好地发育、成长！

女孩，请保护好自己，我们的花样年华刚刚开始！

男孩，请把握好自己，我们的青春刚刚扬帆，还待远航！

编者 2011.4

## <<掀起青春的盖头来>>

### 内容概要

女孩，请保护好自己，我们的花样年华刚刚开始！  
男孩，请把握好自己，我们的青春刚刚扬帆，还待远航！  
关爱青少年身心健康成长，使青少年朋友们能够正视自己遇到的困惑，完善自己的人格，更好地发育、成长！

## <<掀起青春的盖头来>>

### 书籍目录

一 花样少年心思多 正视“性唤醒” 走出“同性恋” 多梦的季节 冲动的惩罚 师生恋的困扰 失恋的苦果 偷尝禁果的惩罚 成长的烦恼 大胆与人对话 爱需要等待 逃避别人的对视 解脱失败的压力 尊重心灵的隐私 “丑小鸭”的纠结 无谓的悔恨 偶像崇拜 需有度 二 青春的迷茫 该不该有异性朋友 异性交往的敏感时期 正常交往是“青春的权利” 当地与异性相处微妙的“异性效应” 社交障碍 恐惧症 懵懂“感情圈” 正确看待孩子感情问题 切勿武断判定“早恋” 正确引导异性交往 谁能读懂我的心 得了异性恐惧症怎么办 男女搭配干活不累 异性同学应正常交往 三 懵懂的“性” “性敏感”的困惑 “性幻想”的诱惑 “性冲动”的把握 “自慰”的苦恼 “性意识”的唤醒 “性遗”的焦虑 少女“怀春”的驾驭 “龌龊行为”的惩罚 “潘多拉盒子”的秘密 频繁“手淫”怎么办 冷静引导 走出“性骚动” “分手”并非解疑良方 “梦遗”无谓 男女“自淫综合征”的烦恼 儿时失贞的悔恨 四 “恋”上青春 “性蕾期”的排斥心理 五 女孩，保护好自己 六 男孩，把握好自己

## <<掀起青春的盖头来>>

### 章节摘录

这两位中学生所述的症状，是青春期人际交往中产生的社交恐怖，或称恐人症。

它开始是与某些人在一对一的社交环境下产生的，慢慢地恐怖泛化到所有的熟人，甚至于陌生人。

在十五六岁到二十岁左右的青少年中，不少人都会出现这种社交恐怖。

其症状主要有：怕与人目光对视，不敢在人多的场合说话，心里紧张不安，甚至手足无措，总认为别人在盯着自己看，或在议论自己；还有些中学生，在课堂上怕看老师，怕看周围同学，因而上课时不能集中注意力，不敢抬头看黑板，怕老师提问。

他们为什么会产生社交恐怖心理呢？

#### 1.青春期的心理矛盾。

迈入青春期的中学生，心理上需要与他人交往，尤其是与异性交往，但同时又有一种胆怯与羞涩心理，这就在他们心灵上引起了严重的不平衡。

一方面，他们渴望与他人交往，特别希望得到异性的注意；另一方面，他们又怕这种交往或者接触会引起别人的误解。

遭到同伴的嘲笑、老师的责备、家长的不允。

于是便产生了心理冲突，以致有时异性对他们极其平常的一瞥，也会在他们的心理上引起强烈的反响，使他们心慌意乱。

有些中学生为了避免引起焦虑或解脱内心的冲突，就采取一种幼稚的方法——回避别人的目光。

他们幼稚地认为，我不看别人，那就不知道别人在看我了，我内心的想法，内心的慌乱，别人也就知道了。

然而，这种办法常常又加剧了他们内心的紧张和压力，使他们对迎视他人的目光也产生了焦虑的情绪，进而对其他异性也产生了目光的回避。

#### 2.过于关注自我。

青春期开始后，有些青少年总觉得自己什么地方“与别人不一样”，但自己又说不清楚，而这种念头又久久丢不开，常常使他们疑神疑鬼。

因此，有些中学生一到社交场合或公共场合，就总以为别人都在看着自己、议论自己，自己的穿着打扮、言行举止都被别人所审视，非常担心自己会出什么差错，让人瞧不起。

于是面红耳赤，神经处于一种非常紧张的状态。

在这种精神状态下，他们虽然心里想给人留下大方得体的印象，结果却常常是手足无措、语无伦次。

.....

<<掀起青春的盖头来>>

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>