

<<中学生心路 - - 花开时节>>

图书基本信息

书名：<<中学生心路 - - 花开时节>>

13位ISBN编号：9787806158418

10位ISBN编号：7806158413

出版时间：1998-8

出版时间：海天出版社

作者：徐岫如 / 王文雄

页数：273

字数：146000

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>

## <<中学生心路 - - 花开时节>>

### 内容概要

青春是一棵常青的树，我们要用智慧给它沃土，给它营养；青春是一朵初开的花，我们要用热情给它阳光，给它雨露；青春是一艘刚启锚的船，我们要用意志给它风帆，给它能源；青春是一湖最清澈的活水，我们要用爱心给它生命，给它永恒.....青春是美丽的、宝贵的，你怎么形容它都不过分。当你的青春之湖泛起不平静浪花时，就请你翻一翻这本书，它将伴随你青春的脚步，帮助你度过这泥泞的雨季。

青春的到来是多么美丽的呀，可是，这里，也有时常充满了乌云、也时常出现冰霜，中学生们，面对着青春的到来，你们是否已经做好了准备，是否已经充分的明白了自己青春期的变化呢，不仅仅是自己的身体和面貌，同时，还有自己的性格，自己的成长，这其中的烦恼，你是不是都能够一一解除呢？

来看看《花开时节》，让你们的青春永远美丽，永远是阳光灿烂吧！

这是一本写给中学生们的书，书中从中学生的身体、心理的变化来解释青春期少男少女们的一些生理变化及出现的烦恼的解决，具体感人的实例，详细亲切的讲解，让青少年读者们在轻风细雨中轻松愉快的了解自己的青春期，轻松的度过自己的青春期，这可以称为青少年朋友们的青春小手册。

## <<中学生心路 - - 花开时节>>

### 作者简介

徐岫茹1970年毕业于北京大学哲学系心理专业。

现任中国健康教育研究所副研究员，心理健康咨询中心副本任。

多年来从事学校健康教育和青少年心理健康方面科研工作。

近年来发表心理健康方面科普文章约600余篇；其著作有《心理健康你我他》、《青春期家教漫谈》、《教孩子保护自己》等共十种，与他人合著的健康教育教材、心理学科普书籍等共计约30余种。

每年承担各类培训授课约100课时以上；参与各种电视、广播节目制作，担任嘉宾数十次。

1996年被评为全国科普工作积极分子。

1997年被评为全国心理学科普积极分子。

现为北京市心理卫生协会心理咨询专业委员会成员。

王文雄1959年毕业于清华大学机械制造系。

高级工程师1988年以来从事心理学方面的学术活动和社会服务工作，毕业于中科院心理所函授大学。

与徐岫茹合译、合著书五种。

《学儿歌解任问》（上下册）儿童画册为第一作者。

多次承担全国健康教育与心理健康培训班授课，多次承担中小学、大专院校、医护、铁路、银行等系统的有关心理健康、健康教育等的培训与讲座工作。

多次参与广播电台、电视台的直播节目和系列讲座等节目。

在报刊杂志上发表30余篇有关心理健康的科普文章。

曾在华理心理咨询中心做热线咨询工作；还承担北京市中小学生热线电话、中学生“燃灯热线”等心理咨询工作；承担儿童、青少年与家教个体咨询与团作咨询工作。

<<中学生心路 - - 花开时节>>

书籍目录

序一、青春期“特别航班” 1. 体验长大的感觉 2. 神秘力量的由来 3. 半大孩子不自在 4. 青春骚动好困惑 5. 认识自己的身体 6. 发育早晚顺其自然 7. 男女之别的奥秘 8. 从心理混乱到有序 9. 心理断乳期的目标

二、面对突然来访的“伙伴” 1. 少女初潮是一个美好的信息 2. 少男遗精吹响成长的号角 3. 青春期有哪些妇科病 4. 男孩生殖器需爱清洁 5. 科学态度看“自慰” 6. 性能量的合理施放 7. 经期的保护与适应 8. 男女生需相互尊重

三、体相烦恼人人有 1. 矮身材的自卑 2. 胖瘦形象多忧思 3. 贪食厌食事出有因 4. “青春痘”无辜无恙 5. 阴茎大小不必忧虑 6. 照镜子引起的反思 7. “名牌大战”在校园 8. 学会自我形象设计

四、令人神魂颠倒的青春偶像 1. 欣赏艺术的魅力 2. 追星族的狂热 3. 迷恋足球的男孩 4. 给明星写信的风波 5. 想当时装模特的女孩 6. 关于崇拜的争论 7. 青春偶像与领悟人生

五、青春情感的“热带雨林” 1. 别让你的心情“发霉” 2. 紧张焦虑来自自卑感 3. 使“火气”降温的镇静剂 4. 多愁善感莫学林妹妹 5. 意志能医“情绪病” 6. 专注忘我的放松疗法 7. 你想高兴就能高兴

六、生命准备期的挑战 1. 储备健康的青春 2. 神经症似病非病 3. 少年的现代时髦病 4. 理智地拒绝烟草 5. 酒瘾与健康无缘 6. 掠夺青春的“白粉” 7. 安全自护可防意外

七、审视自我迈向独立 1. “小太阳”的后遗症 2. 摆脱“咱我挫败” 3. 要有一个明确的“社会角色” 4. 班干落选真丢人 5. 与孤独寂寞说“告别” 6. 生日聚会邀请的艺术 7. 给自己“画像”

八、向着初升的太阳起舞 1. 翻开你的成长日记 2. 向心理脆弱宣战 3. “完美”是个肥皂泡 4. 逆反心理与幼稚 5. 庸人自扰只因作茧自缚 6. 心理成熟有标志 7. 警惕病从脑入 8. 心理防线护青春

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>