

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 图书基本信息

书名：《妈妈送给青春期女孩的书》

13位ISBN编号：9787502177201

10位ISBN编号：7502177205

出版时间：2010-6

出版社：石油工业

作者：谷金玉//钟淼淼

页数：261

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 前言

每个处于青春期的女孩都是一朵独一无二的玫瑰，没有人有与生俱来的完美，每个人都是通过不断地学习来自我完善，并不断成长的。在那泛着清凉花香的少女舞台上，女孩是踮着轻灵脚尖，一步步迈过那如同花团锦簇沼泽地的青春期，逐渐走向成熟。在青春这个美丽的季节里，总有一种关怀让我们心存感激；总有一种诱惑让我们难以割舍；总有一种放弃让我们泪流满面，我们不可能不走过这段复杂的心路历程。要知道，青春是一条渡我们走向成熟的桥，也是一条我们无法留住青春岁月的河。成长总是懵懂的，或许还会跌跌撞撞。也许此刻，亲爱的你正在经历着青春的快乐和成长的烦恼；正在为一些事欣然，也在被一些事困扰。成长是无人能够替代的，宛如一场一个人的旅行。希望成长会贯穿你的一生。人们永不停止地向前发展是好的，因为这样你永远都不会感到生活无聊无趣。一个人停止发展自己或抗拒成长，生活中的难题就会很多，而且还会错过许多美好的东西。

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 内容概要

《妈妈送给青春期女儿的书(第3版)》内容简介：在青春这个美丽的季节里，总有一种关怀让我们心存感激；总有一种诱惑让我们难以割舍；总有一种放弃让我们泪流满面，我们不可能不走过这段复杂的心路历程。要知道，青春是一条渡我们走向成熟的桥，也是一条我们无法留住青春岁月的河。

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 作者简介

谷金玉，中国科学院心理研究所发展教育心理学研究生。国家二级心理咨询师。国家心理咨询培训师。中国心理卫生协会会员。中国科学院心理研究所EAP中心签约心理咨询师。长期从事青少年心理咨询、辅导工作。知心热线知心姐姐。12355青少年心理服务热线咨询师、督导。2008年5月参加百名心理学家赴四川心理援助团援助活动。曾与几位资深心理老师共同编著《我要做个男子汉》青少年成长丛书。北京市财贸职业学院、北京交通大学附中等多所中学和大学校外心理辅导老师。

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 书籍目录

第一章 了解身体的变化 胸部鼓起来了 该穿什么样的文胸 天呀，下面流血了 什么是月经 快来月经前，情绪为何不稳定？ 我的肚子疼 经期能沾凉水、游泳吗？ “好朋友”来了，不能乱吃东西哟 “好朋友”来报到时，能上体育课吗？ 卫生巾选什么样的好呢？ 内裤上怎么会有白色的东西？ 迟迟不来报到的“好朋友”自己能调控经期吗？ 白带里怎么会有血丝呢？ 我的胸部怎么大小不一样呢？ 青春期女孩泌乳是不是病？ 我变成了“小猿人”：身上怎么长这么多毛毛？ 长胡子的女生 青春期的男生VS女生 我失眠了 我的“健忘症” 女孩有变声期吗？ 难以启齿的妇科炎症 做自己的青春“守护神” 第二章 我要变漂亮 我不要做长不高的“拇指姑娘” 我要减肥 我想把鼻子变高 我的高跟鞋 讨厌的小雀斑 越剃越长的汗毛 丹丹的“酷文身” 想去染发 如何打理“三千烦恼丝” 只要青春，不要痘！ 避孕药能治青春痘吗？ 我爱上了照镜子 “神奇”的“大S美白针” 一瓶丰乳霜引发的“血案” 第三章 学习的辛酸苦辣 我的低潮期 我找到了学习的自信 诚实比分数更重要 家长会前夜 补习班·差生 走近我们的老师吧 我转学了 开学恐惧症 不再做考试成绩的“奴隶” 妈妈指导我写作文 女孩子长大了，会变笨吗？ 第四章 其实你不懂我的心 我也想“叛逆”一回 有点多愁善感了 放下包袱，轻装上阵 我不想长大 缺陷有时也是一种优势 离不开的网络 我的“小金库” 妈妈和我说“抱歉” 不要偷看我的日记 寻找属于自己的路 学会依靠自己 为妈妈庆祝生日 我怕黑 第五章 与人交往学问多 我收到的第一封“情书” 我似乎“喜欢”他了 我“爱”上了网络那边的他 我们班的“班花” 关于“爱”的“真心话”游戏 “苹果不酸”：男生女生交往的尺度 我的“多疑症” 我也拥有很多让别人羡慕的地方 做个好脾气的女生 拒绝也应该是美的 要学会尊重别人 做人要学会“圆滑”吗？ 为人处事要谦逊 懂得低头 第六章 我是自己的“保护神” 可怕的网友见面经历 公交车上遇到“怪叔叔” 放学路上遇到跟踪者 “变味”的关照 直面校园暴力 难忘的登山之旅

## 《妈妈送给青春期女孩的书》

### 章节摘录

插图：“好朋友”来报到时，能上体育课吗？这两天“好朋友”来了，麻烦事一件接着一件：我最喜欢吃冰激凌和我没了“缘分”，不能和朋友们去游泳；就连我最喜欢吃的水煮鱼也不能多吃。唉，真希望“好朋友”早点“离开”吧，我也好快快解放。不过，话说回来，“好朋友”来的这几天我也享受到了很多“优待”，例如：妈妈不再让我干家务了，说是月经期间最好不要干重活；妈妈为了让我补身体，还做了许多好喝的营养汤。还有，我最不喜欢上的体育课也可以“名正言顺”地请假。今天上午最后一节课是体育课，我又以“例假”的理由“翘课”了，所以，我提早回到了家。正当我跷着二郎腿，悠闲地在客厅看着电视时，老妈过来问话了：“今天怎么这么早就放学呀？”“体育课我不用上，请假回来的。”我回答道。“你肚子不舒服吗？是不是痛经呀？”老妈关切地问道。我笑嘻嘻地说道：“才没有呢，我肚子一点也不疼，一切正常。不过，我讨厌上体育课，老师说，来例假的同学可以不用上体育课，所以，我请假回家啦。”妈妈皱皱眉，说道：“点点，你这是偷懒哦，其实，月经期适当地进行活动，只要不进行剧烈运动，还能减轻经期的不适感呢。”

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 后记

亲爱的读者们，非常高兴再次和各位在此小小的后记版面相遇。我衷心地希望大家能喜欢上这本书。该书能顺利和各位读者见面，首先要感谢石油工业出版社的各位老师，是他们给了我有力的支持和鼓励。此外，本书在编著过程中，还得到了王瑞卿、鲜海波、颜家兵、郭卿逸、张巍奇、高云、姜国娟、张伟、顾正娟、田凤仪、高正、鄂颖琳、袁立强、雷春铭、陈光、丁贵涛、田京平、奚向军、杨宇、徐立、冯军魁、刘博、蒋升臣、钟欢欢等众位好友的帮助，在此一并致谢。

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 编辑推荐

《妈妈送给青春期女儿的书(第3版)》是一份特殊的礼物，一份特殊的关爱。妈妈的关爱也要与时俱进呀。《妈妈送给青春期女儿的书(第3版)》针对社会环境的变化和孩子生活心理的实际增加了新的内容



## 《妈妈送给青春期女孩的书》

### 精彩短评

- 1、买侄女买的，她非常的喜欢呢。。。
- 2、当孩子问你每月那几天时，不好说，当宝贝问你胸部时，只能说等你大点再问，你不是医生那样全面，专业的解释，只好上网学习后再解释，有了这本书，不明白的，宝贝，看看吧!
- 3、还在与女儿的共同学习中，比较实用
- 4、买给女儿的，女儿爱不释手!
- 5、适合青春期的孩子，也是父母的好帮手
- 6、此书内容不错 值得购买
- 7、很实用，知道很多有用的知识。就是质量
- 8、打开看了看，以小故事开头，讲的道理简单易懂。很适合孩子自己阅读。相信会对女儿有很大帮助。
- 9、在加一些心理辅导就更完美啦
- 10、书的内容不错，宝宝非常喜欢，我也看了，非常使用。
- 11、书不错，对娃娃有帮助
- 12、一拿到书，女儿就迫不及待的翻看起来。看完之后，觉得很有教育意义，虽然孩子只有11岁，但她偶尔还会将之当做老师，遇到什么，随手翻翻。
- 13、青春发育期女孩必看
- 14、女儿10岁，很喜欢，
- 15、文中用生动的例子做介绍 很适合青春期的女孩子看 买来送给朋友的
- 16、与我想象的，还有一点差距
- 17、这本书教会了女儿很多生理上的知识，很好的一本书，给个好评。
- 18、女儿的启蒙读物!
- 19、这本书不是很实用，里面还涉及到了性问题，对于10——12岁孩子不太好理解，也不太好让家长解释，所以还是14——16岁孩子看可以。
- 20、送给即将进入青春期女儿的一份礼物，女儿非常喜欢。
- 21、书确实很不错!
- 22、圣诞节礼物
- 23、物有所值，妈妈和女儿的指南针
- 24、对于青春的孩子，有些话不知怎们说好，就不说，可以买本书给孩子，这上面的内容正是我们家长想让孩子知道和了解的
- 25、一直就在想给女儿买一本这样的书，女儿的问题有时让我不好回答，但又不能回避，这本书给我和女儿都解决了问题，谢谢。
- 26、书刚拿到手就翻开看了，书皮很漂亮。里面的内容也很实用。了解了孩子青春期的特点，心里踏实了许多。可以当礼物送给孩子的书。
- 27、书是孩子盼望了很久的，今天刚刚收到，自然是非常高兴。快递速度很快，态度也非常好。
- 28、对于父母不方便跟孩子说的，这本书能解决一些。
- 29、很久就想买这种类型的书
- 30、买了一本送朋友了很不错的书
- 31、买给侄女的书，还没收到读后反馈，应该还不错吧。
- 32、孩子收到后非常开心!
- 33、好书,非常适合青春期的女孩  
针对性很强  
图文并茂  
有知识性、趣味性  
10岁女孩必备
- 34、这本书也不错，缺了一点点趣味性，多些插图的书好卖。
- 35、送给外甥女的，很好的礼物，姐姐说非常及时。
- 36、女儿拿到书的当晚就读完了，可备以后查阅。

## 《妈妈送给青春期女孩的书》

- 37、拿到手后，与想象的差距较大，不是很实用
- 38、妈妈送给青春女儿的书
- 39、这本书还不错吧，适合10来岁的女孩子读，不过科学性不够，说教的意味比较浓，典型的中国式教育。
- 40、还好，不错呀
- 41、很好，同事的女儿很喜欢
- 42、真的很适合青春期的女孩子
- 43、起码让孩子有更多的认识。
- 44、孩子很喜欢，拿到书后欢呼雀跃。。。
- 45、这本书是帮朋友买的，朋友告诉我，他的女儿很喜欢
- 46、很好,很适合家长给孩子指导
- 47、让孩子了解自己，在青春期的疑惑，帮助母亲更好的教育和帮助孩子
- 48、如今忙碌的妈妈，应该给孩子青春期的孩子送的书，很值得一看，悔自己当初怎么没人送呢？
- 49、女儿12岁，给她看的
- 50、女儿上四年级，很喜欢看，也适合看。
- 51、书很好，很多家长不好开口说的书里都有，可以让孩子多了解一些。
- 52、让女儿知道青春期女孩会有怎样的变化，该怎样处理。
- 53、很适合孩子看，好多家长想不到的或者不知道该如何说的常识，书里都有，孩子自己很喜欢看。
- 54、这本书非常值得购买，送给女儿的，她一口气就看完了，而我才看一半。呵呵
- 55、质量好，内容丰富，不错
- 56、这本书感觉比想象中的好多了，应该不错，给宝贝的，还没读，大致翻阅下，适合宝贝的
- 57、送给青春期的侄女，不错呢
- 58、刚拿到，我觉得还是妈妈看比较好。
- 59、送给女儿看，孩子两天就看完了，了解很多方面的知识
- 60、还好，不过有些缺陷
- 61、很不错的一本书，女儿刚进入青春期，正适合阅读。
- 62、妈妈送给青春期女儿的书（第3版）
- 63、侄女非常喜欢
- 64、适合小女孩阅读
- 65、看了看不是很满意
- 66、我是第一次在网上买书，这类书平日也看到很多，订的时候还担心内容一般，担心不够实用，拿到书后，非常满意，很喜欢这本书。很适宜孩子阅读，也很切入生活，感谢为此本书费心每一位老师和工作人员。
- 67、通过妈妈与孩子的对话，讲述了孩子的成长秘密，让孩子自己了解成长的变化。妈妈和孩子一起看的，目前九岁，还没有主动讨论过类似的问题。顺其自然吧，或许看了这本书，她能自己掌握什么时候该跟我讨论。
- 68、孩子喜欢，已经看过类似的，但不是中国人写的，这个应该更适合中国的孩子
- 69、给女儿买的书，我先看了，感觉应该早些阅读就好了，现在也不晚，希望能给女儿已启发，受益匪浅
- 70、女儿看了说很喜欢\*很使用\*
- 71、青春期的孩子，正是容易和父母疏远的时候，父母这时候的说教会引起他们很大的反感。这本《妈妈送给青春期女孩的书（第3版）》读起来似乎是一个青春期女孩的日记或是内心独白，附上妈妈的爱心小贴士（科学又温暖），女儿一下子就喜欢上了。
- 72、书看起来很好，还没阅读，好像内容很丰富。
- 73、妈妈送给女儿的书
- 74、内容很实用,很受青春期女儿的欢迎。
- 75、女儿正值青春期，正愁着怎样告诉她关于青春期的一些注意事项，正好看到这本书，买来送给她。她收到之后非常高兴。说上面讲的对她很有帮助。
- 76、非常好的一本书，建议有女儿的母亲都买给女儿看看。书，是在女儿的十二周岁生日时作为礼物

## 《妈妈送给青春期女孩的书》

送给她的。她看了以后直抱怨我送迟了，呵呵，每天一有空就捧在手上，如饥似渴的读着，还不时的拿书中的内容来考我。谢谢作者，让我们这些做父母的轻松好多，也让我们的孩子得意很多。

77、一次买了两本同类的书，都很好。

78、不错，与孩子一起好好阅读

79、闺女很爱看

80、这本书很好，合适青春期小女孩阅读

81、妈妈送给青春期女孩的书这本书呢，还是可以吧，是以妈妈和女儿的对话形式进行的。

82、内容非常详细，解释的非常清楚，孩子一看就能明白，不会对青春期的反应感到困惑和不解。

83、我和女儿都喜欢这本书

84、女孩必看

85、全面,实用,但有些内容太直白,适合12-13岁孩子自己看.先我们家长学习,等孩子大些让她自己阅读.总体不错.

86、不错的一本书，听朋友介绍买的，对孩子的成长很有帮助

87、帮助妈妈解决青春期孩子问题很有帮助

88、女儿读了这本书，非常喜欢，抱着我亲了又亲，说我买的这本书太及时了。女儿十岁。特别把这本书推荐给女孩妈妈们。

89、非常好，是给女儿的好礼物。

90、自己买了男孩的，帮朋友的女儿买了这本女孩的，不知道会不会喜欢

# 《妈妈送给青春期女孩的书》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)