

305.4
MOT
2009

HƯỜNG QUỲNH
(Biên soạn)

1.000 CÂU HỎI KIẾN THỨC CUỘC SỐNG DÀNH CHO THIẾU NỮ

(KIẾN THỨC VỀ TÂM SINH LÝ)

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRUNG TÂM THÔNG TIN THƯ VIỆN

V-D4 / 1565

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA - THÔNG TIN

MỤC LỤC

Sinh lý. Vệ sinh	7
Giáo dục giới tính cho các bạn gái	14
Nhận biết cơ thể từ góc độ giải phẫu cơ quan sinh dục	22
Những kiến thức cần biết trước khi kết hôn	45
Điều kiện cần thiết của một cuộc sống tình dục hoà hợp	67
Các phương pháp phòng tránh thai	72
Chiều cao của thiếu nữ chịu ảnh hưởng của những nhân tố nào	85
Màng trinh có thật sự thần bí như vậy không?	88
Tại sao có một số thiếu nữ ngực phẳng lì?	91
Ngực quá to thì làm thế nào?	95
Nếu ngực của thiếu nữ phát triển không cân đối thì phải làm thế nào?	97
Thiếu nữ bị đau ngực có phải là bị bệnh không?	99
Lựa chọn áo lót thích hợp	102
Tại sao sau khi thiếu nữ có kinh nguyệt lần đầu thì kinh nguyệt vẫn không chuẩn?	103
Tại sao có một số thiếu nữ không có kinh nguyệt?	106

Khi có kinh nguyệt thì không được tham gia các hoạt động thể dục thể thao đúng không?	109
Bạn gái bị thống kinh có phương pháp điều trị không?	111
Lượng kinh nguyệt ra quá nhiều có thể dẫn tới bệnh gì?	115
Đau bụng dưới cần cảnh giác với những căn bệnh gì?	117
Khí hư ra nhiều có phải là bệnh không?	121
Ngứa bộ phận sinh dục ngoài thì phải làm thế nào?	124
Tại sao các bạn nữ dễ bị chứng tổng hợp giảm béo?	126
Tại sao có bạn gái thân dưới có mùi tanh hôi?	129
Bạn gái mọc lông quanh miệng hoặc lông dài ở ngực có phải là bình thường không?	132
Tại sao có bạn gái không có lông mu?	134
Bệnh đái rắt là bệnh như thế nào?	135
Bạn gái bị thiếu máu phải làm thế nào?	137
Bạn gái bị hôi nách thì phải làm thế nào?	142
Trắc nghiệm. Phòng thân	145
Bạn thuộc nhóm người hướng ngoại hay hướng nội?	145
Tìm hiểu sâu về tâm lý của các bạn nữ	148
Sau khi bị tổn thương lòng tự tôn	154
Thoát khỏi vòng luẩn quẩn của sự tự ti	159
Trở ngại tình cảm thường gặp ở các bạn gái	165
Tương lai bạn thích hợp làm nghề gì - Trắc nghiệm thi vào đại học ngành khoa học	169

Nhóm máu và định hướng nghề nghiệp tương lai	175
Ba nguyên tắc tự trắc nghiệm tâm lý thịnh hành ở phương Tây	182
Giúp bạn hiểu mình	185
Bạn có tính lừa không?	194
Mười trở ngại tâm lý lớn khiến bạn không thể thành công	195
Sự khác biệt về biến thái tâm lý của bạn gái	198
Làm thế nào đối mặt với sự quấy rối của nam giới?	205
Những bạn gái sau khi bị làm nhục thì phải làm thế nào?	208
Tự vệ của bạn gái đẹp	211
Tự vệ trong lúc tìm việc	216
Tự vệ khi bị cưỡng hiếp	218
Tự vệ khi bị ép phải bán dâm	222
Bạn gái sau khi không may bị cưỡng hiếp thì phải tự vệ thế nào?	225
Bạn gái chưa kết hôn mà đã có thai thì cần phải nhờ ai giúp đỡ?	228
Tại sao khi yêu nhau bạn gái dễ □thất thân□?	231
Thủ dâm nguy hại như thế nào?	235
Bạn gái làm thế nào đối phó với việc thủ dâm?	237
Bạn gái nghi ngờ mình mắc bệnh hoa liễu thì phải làm thế nào?	240
Bạn gái làm thế nào để phòng bệnh AIDS?	243

Bạn gái làm thế nào để tránh mối nguy hại về ma túy?	248
Trang sức. Làm đẹp	253
Hình ảnh đẹp bắt đầu từ đầu tóc	253
Làm đẹp như thế nào?	254
Dưỡng tóc và xử lý khi tóc hư	258
Bí quyết nhỏ để có mái tóc đẹp	261
Dáng người thon thả do đâu mà có?	263
Mười điều cần biết về thân hình thon thả	265
Thuốc giảm béo có tác dụng phụ hay không?	266
Tập thể dục phần chân	267
Hít thở sâu phần bụng	268
Có thể phòng trị hôi miệng không?	269
Cái lợi của việc nằm sấp	271
Thời gian ngủ	272
Bạn gái cần chăm sóc làn da đẹp	274
Các bạn gái muốn làm cho làn da ngọc ngà của mình khoẻ mạnh không?	277
10 Bí quyết giảm béo của phụ nữ	279
8 động tác thể dục thẩm mỹ để Tập phần chân	280
5 động tác thể dục tay cho bạn gái	281
4 động tác thể dục thẩm mỹ phần eo lưng cho phụ nữ	283
5 động tác thể dục thẩm mỹ tập phần bụng của bạn gái	284
8 động tác thể dục phần ngực của phụ nữ	285
Phụ nữ làm thế nào để giữ được tư thế đẹp?	287