

<<女孩成长攻略2压力篇>>

图书基本信息

书名：<<女孩成长攻略2压力篇>>

13位ISBN编号：9787303142934

10位ISBN编号：7303142932

出版时间：2012-5

出版时间：北京师范大学出版社

作者：塞瑞•厄尔，斯蒂芬妮•沃森 著，田科武 译

页数：181

字数：148000

译者：田科武

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>

<<女孩成长攻略2压力篇>>

前言

译者序：陪你一起成长亲爱的，当你捧起这本书的时候，我要恭喜你：你已经进入了一生中最美好的时光之一——中学时代。

作为父亲，我一直不希望自己的女儿小田田长大。

小田田五岁时，我在心里说，希望她永远五岁。

当她七岁时，我希望她永远七岁。

当小田田十岁时，我又对自己说，希望她永远停留在十岁。

我这样说，一方面是希望把小田田最快乐、最可爱的样子永远固化在我的人生岁月里，另一方面也隐晦地表达出我对她独自应对成长压力和挑战的担忧，我希望她永远处在父爱的羽翼之下。

可是，小田田还是一天天长大了。

年初，她度过了自己的11岁生日，再过一年多，她就要和你一样，跨进中学的门槛了。

家长为孩子担忧是人之常情，但是这不应该成为我们阻碍孩子成长的理由，事实上，我们也阻止不了他们的成长。

其实，中学时代是多么地令人激动啊！

你逐渐摆脱对父母的依赖，开始自主思考，自由表达自己的意见并独立做出选择；你可以学到许多新知识，参加许多新活动，从而打开认识世界的新窗口，获得更加强烈的成功体验；你可以结交许多新朋友，体验更加丰富和深刻的情感和友谊，享受成长进程中的乐趣和惊喜。

当然，这个阶段的你也会面临许多新的压力和挑战。

家长和教师对你的期望是不是太高了？

没完没了的课外活动是不是让你分身乏术？

团队合作中的分歧和冲突是不是让你难以应付？

你会不会在坚守自我与融入群体间纠结不已？

负面标签和同伴压力是不是让你有喘不上气来的感觉？

是的，这些压力和挑战可能都是客观存在的，但是，我同时要告诉你的是：第一，不只你一个人这样，几乎所有的中学生都可能遇到这些压力和挑战。

第二，现在的你比以前更加成熟理性，拥有更多应对压力和挑战的方法和技巧。

只要你愿意，一定可以战胜它们。

第三，你有没有想过，当战胜了这些压力和挑战后，你会出落得更加坚强、更加伟大？

这，不正是你所需要的吗？

现在，一套专为中学男生量身打造的成长自助书《男孩成长攻略》终于引进出版了。

在《男孩成长攻略》丛书中，你会读到近50个与你一样的男孩子的成长故事，可以从中了解当代中学生面临的主要压力和挑战，随后的专家点评和意见建议，深入浅出、切实可行，为你提供了如何应对这些压力和挑战的方法和技巧。

我很高兴参与了这套丛书的译介工作。

如果丛书能够帮助你成功应对压力、陪你顺利度过难忘的中学时光，我将感到无比的荣幸和自豪！

田科武（北京青年报常务副总编辑、系列丛书译者）

<<女孩成长攻略2压力篇>>

内容概要

《女孩成长攻略》丛书内容简介

中学时代是令人激动的。

在这期间，你可以学到许多新知识，尝试许多新事物，结交许多新朋友，发现人生的许多新侧面，做出更多独立的选择和决定……

中学生活也容易让人紧张和焦虑：日益繁重的课业负担，融入群体的巨大压力，父母和老师的高期望，异性之间欲说还休的朦胧情感……好在现在的你比以前更加成熟理性，具有更强的处理问题的能力。

但不管怎样，成功应对中学时代的困惑与挑战，都不是一件轻松的事情。

《女孩成长攻略》丛书是为中学女生量身打造的。

丛书中的每一本都精选了近10个与你一样的女生的故事，故事之后附有青少年研究专家的精彩点评和具体的应对建议，让你在轻松的开心阅读中了解成长过程必须面对的压力和挑战，掌握成功应对的方法和技巧，帮助你顺利度过美好的青春年华。

《女孩成长攻略》丛书共5本，分别是：《学校篇：校园生活那些事》；《压力篇：笑对压力不言愁》；《自尊篇：告诉自己我爱你》；《朋友篇：你是我的好朋友》；《励志篇：天生我材必有用》。

<<女孩成长攻略2压力篇>>

作者简介

译者简介

田科武，笔名田柯，土家族，1969年生于湖北长阳，先后就读于中国青年政治学院、北京大学法学院，并获法学学士学位、法律硕士学位。

作家、青少年研究专家、知名传媒人、译者。

著有小说、散文、学术论文等各类作品一百余万字。

现任《北京青年报》常务副总编辑。

近年来致力于译介国外青少年教育经典作品，先后翻译出版了《自尊男孩手册：培养快乐自信男孩的100个建议》、《自尊女孩手册：培养快乐自信女孩的100个建议》、《嗨！青春期：9-16岁男孩女孩专属读本》等。

<<女孩成长攻略2压力篇>>

书籍目录

认识罗宾博士

开篇的话

第一章 不要试图取悦别人

第二章 什么是真正的幸福

第三章 好团队中没有失败者

第四章 你的偶像就在你身边

第五章 恃强凌弱者的可怜之处

第六章 运动是用来玩的

第七章 如何明智地交朋友

第八章 失败何足惧

第九章 谁也做不了生活全能王

回顾与总结

传递爱和智慧

英文原文

<<女孩成长攻略2压力篇>>

章节摘录

版权页：插图： 在这个世界上，父母给你最多的爱与支持。有时候，父母会强迫女儿做一些他们认为对她最好的事情。这种来自父母的积极压力，有助于激励孩子在学校里更加努力学习，参加某个运动队的选拔，而不是在一旁袖手旁观。

当孩子们还认识不到自己的能力时，父母有时能看清自己的女儿具有什么样的潜能。大部分父母都希望做最有利于孩子的事情。

但是，有时候，什么是最有利于孩子的事，孩子的想法与父母并不相同。倾听父母的建议是非常重要的，但是，追随自己的激情与梦想，也同样重要。你可能觉得，父亲或母亲或父母双方在强迫你按照某种方式思考或行动。你可能觉得，父母对你期望过高。你甚至可能怨恨父母加在你身上的压力。这些都可能使你与最在意你的人之间的不和。

阿比的故事 阿比正经历着这方面的问题。

接着往下读，看看她是如何领悟到和自己专横的母亲实话实说的必要性的。

"嗨，看看这是什么。"

"阿比的妈妈将一张纸从阿比的书包里扯出来，大声叫道。阿比将双眼从数学家庭作业上抬起来，对着母亲，说："这是什么？"

"中学音乐剧导演申请书。"

"阿比的妈妈大叫道。阿比避开妈妈的眼睛，又把注意力转移到家庭作业上。阿比一直希望妈妈看不到这张申请表，并让申请截止日期悄无声息地过去。阿比不想当音乐剧导演，但是，她知道，妈妈不会理解她的。"

"当导演，好像有一大堆工作要做呢。"

"阿比小声嘀咕道。"

"不会特别多的。我当导演那会儿，还担任戏里的主演，挺好玩的。"

"阿比的妈妈微笑着说，"放学后排练，戏服……还有音乐，那是全年中最让人激动的亮点。"

"说完，阿比的妈妈拿起一支笔，开始填写表格。"

"你要干什么？"

"阿比有些担心地问。"

"我在替你填表呢。"

"阿比的妈妈回答道。阿比咬住嘴唇，她不想让妈妈失望。"

"但是……其实，我一直在考虑当导演的事……"阿比开始说道。

"你当然要当导演。你是哈丁家的孩子，哈丁家的人都导演音乐剧。包括我，你表姐路易莎，还有你的两个哥哥。"

"阿比没对妈妈的话说什么，但她真的感到非常担忧。阿比是学校数学俱乐部的成员，数学俱乐部也是她最喜欢参加的活动。数学奥林匹克竞赛三周以后举行，她们整个团队都指着她呢。不过，阿比的妈妈似乎非常兴奋，而阿比不喜欢让妈妈失望。她可以填表，但或许老师不会选择阿比当导演的。"

<<女孩成长攻略2压力篇>>

编辑推荐

《女孩成长攻略2压力篇:笑对压力不言愁(中英文双语版)》为中学女生成长自助书，中学生需要这种能与他们平等对话的成长读本，而不是板起面孔的陈腐教条。

<<女孩成长攻略2压力篇>>

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>