第一图书网, tushu007.com

<<一个女人的成熟>>

图书基本信息

书名：<<一个女人的成熟>>

13位ISBN编号：9787500842705

10位ISBN编号：7500842708

出版时间：2009-1

出版时间：中国工人出版社

作者：薇薇夫人

页数：232

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

前言

新版序言 薇薇夫人两岸在分隔了几十年以后，现在越来越接近了。
在北京、上海等大都市里，我看到的女性几乎和台北街头没什么两样，有的甚至更有自信，隐隐透露出更旺盛的企图心，这是好现象。
检视将近一个世纪的女性成长史，经过了多少挣扎、奋斗，甚至牺牲，才蜕变成今天比较独立自主完整的人。
但地球上仍然有很多女性的地位是“第二性”，或比“第二性”更不如。
不知道还要历经多少岁月，所有的女性才能得到人该有的权益。
整体女性的成长道路既是崎岖难行，个别女性的成长当然也不是平坦顺畅的。
我在《一个女人的成长》一书里，从一个女性的出生走到生命的终点，在很多实例中看女性成长中的各类问题。
这些问题都需要成熟的心智来观察、了解，以及处理，因此，继《一个女人的成长》以后，顺理成章地有了《一个女人的成熟》这本书。
无论是哪个国家、地区、种族，女人有很多问题竟是共同的。
家庭、事业、两代、儿女、夫妻、亲情、爱情，一般说来，似乎都是女性背负的担子比较重些。
男性只要事业有成，就被认为是个成功的人（尽管这也给他们带来更多的压力）。
他们不必操烦那些生活琐事，只要努力事业就行了。
女性在这种社会认同的环境下，就更需要成熟的心态来面对了。
社会急遽变迁，很多价值观也改变了，过去对的，今天不一定对。
家庭结构也改变了，大家庭只在农渔村或某些部族里存在，小家庭虽然没有了婆媳问题，却又产生没有亲族互相照顾的窘困。
尤其是子女的教养，因为生得少，过去教养的原则和方法几乎都推翻了，有些父母开始担心会不会有“副作用”出现，对孩子的爱没有正面的效果。
女性走出家庭进入职场已成了普遍的现象，职场的环境当然比家庭复杂。
人际关系如何处理？
自身如何定位？
不够成熟的话，就可能自苦苦人。
怨叹、不平是不能改变的，只有成熟的心态，成熟的处理方法才能得到合理的结果。
成熟是一种让自己活得好，也让周围的人活得好的普世价值。
相信这是不分“哪一岸”的女性都需要的人生智慧，我们都要一起努力从成长进入成熟啊！

<<一个女人的成熟>>

内容概要

《一个女人的成熟》与其他书籍不同之处，在于它从女性的心理层面着手，让女性了解：要想从这种困境中脱身而出，首先必须培养成熟的性格；没有成熟的性格，再光鲜亮丽的外表，也有褪色的一天。
而成熟的人智力均衡发展，能自我控制、适度表达情绪，并为自己的行为负责，因此她们多能坦然地走自己的路，不疑不惧；即使在自己容颜衰老、年华已去之际，也能不忧不虑。
“大雨骤至，她们打起伞；雨势过大，她们躲入山崖下”，她们有变通的智慧，但绝非如“乡愿”般随波逐流、毫无主见；相反的，她们总是站在时代的轨道上，使自己的智慧加速成长，并与周遭的人建立圆融、健全的人际关系。
从《一个女人的成长》到《一个女人的成熟》，著名的专栏作家薇薇夫人，展现给读者的不仅是她笔耕多年的丰硕成果，更是她为自己及众多女性同胞，“作为一个女人”的生活见证。
全书共分六章，辅以众多个人案例，薇薇夫人从中发掘出阻碍女人成熟的潜在因素，并为女性树立“成熟女人”的典范，让通往“成熟”的途径有迹可循。

<<一个女人的成熟>>

作者简介

薇薇夫人本名乐莒军，曾任《联合报》专栏作家、华视“今天”节目制作人及主持人、《世界日报》家庭版主编、《国语日报》文化中心主任、副社长、社长。
为《联合报》专栏执笔二十六年，对情感、家庭问题见解独到，使她成为台湾最有影响力的女性作家之一；长期投身儿童教育工作，所主编的多种儿童及青少年读物，开拓了儿童文学的新气象。

薇薇夫人文笔隽永，经常以平稳而中庸的笔法表达对女性问题的看法，而不刻意强调某些观念。著有《一个女人的成长》、《一个女人的成熟》、《一个男人的成长》、《从中年出发》、《有情世界》、《美丽新世界：乐在退休》等书。

《一个女人的成长》首次出版后，曾连续6年高踞畅销书排行榜上，仅在台湾一地重印次数就达60次以上，是华人世界影响深远的女性成长经典读物之一。

<<一个女人的成熟>>

书籍目录

编辑报告专文推荐新版序言楔子：关于成熟 成熟的定义 心智的成熟第一章 成熟的因子　1、父母的成熟度　受母亲的影响　受父亲的影响　2、个人的修炼　亲子之间　婆媳之间　3、时代的背景　心智的苏醒　跟上时代脚步第二章 成熟的变貌　1、假相成熟　成熟就是独力可以扛天，干练而不依赖（假相一）　成熟就是绝不得罪别人，面面俱到（假相二）　成熟就是不再在乎男女之间的感情（假相三）　成熟就是随着年龄而来的结果（假相四）　成熟就是做个有经济能力以及社会地位的女人（假相五）　2、抗拒成熟　女人是柔弱的，必须有男人保护才安全（传统观念一）　女人有美貌就有一切（传统观念二）　女孩像男孩一样，只要读书成绩好，将来就有幸福生活（传统观念三）　女人应该努力保护婚姻，否则就没有幸福（传统观念四）　女人都是苦命的，一辈子只有义务没有权利（传统观念五）第三章 成熟的阻力　1、传统性别角色的框框　自我设限的障碍　新的角度　2、多重角色的困扰　两套价值观　3、经济不独立的限制　4、性格僵化的窒碍　第一类是绝对完美的追求者　第二类是强硬的主导者　第三类是极端的自我中心者　第四类是严重的失败主义者第四章 性别角色与压力　1、由情而来　等待的恐惧　爱不够的空虚　2、由境而来　三头六臂也难应付　择偶与婚龄　生育与养育　3、由性而来　婚前　婚后　4、由工作而来　竞争的压力　人际关系的压力第五章 成熟的途径　1、经由学习　学习与同性结友　学习用新观点来看爱情　学习独处　2、经由认同　认同父母　自愿选择　3、经由自我实现　4、经由逆境的淬炼　5、经由社会观念的改变　新的两性观　适度接受改变第六章 成熟的策略与实践　1、检视自己的生活　通往成熟的途径　2、选择与坚持　工作与家务的选择　选择的智慧　3、走在时代的轨道上　性别框框后天形成　你泥中有我，我泥中有你　抱怨不如改变　4、做自己的主人　认识自己　培植自己　爱护自己　肯定自己结语又一章后记

章节摘录

在大多数女性不必像皇帝的后妃向男性争宠时，成熟的女性之间会有深厚的友情，“同性相斥”现象在她们的友情中是不存在的。
而学习结交同性朋友要有几个原则：一是选择。
交朋友和选对象一样要慎始。
常见有些女性朋友先是如胶似漆，后来却像死对头，而且把对方的隐私添油加醋地传播，有时会造成终生的伤害。
朋友的品格和性格，可以决定友情的品质。
一是有分寸。
再好的朋友之间仍然留有“安全距离”。
“君子之交淡如水，小人之交甜如蜜”虽然是稍稍夸张些，但除非是同性恋，朋友交到甜如蜜是很奇怪的。
尤其成年人有自己的生活圈子，过度“侵犯”到对方的圈子时，友情就很难持久。
曾见一对朋友原先交情不错，有一次甲出差时，乙没经过同意就登堂入室住了一宿，虽然没发生什么事，但甲从此就疏远了乙。
她认为如果不采取这种手段，以后可能会后悔莫及。
已婚女人的家是她的城池，她有权维护安全。
之道”，但必须建立在清清楚楚、干干净净的基础上。
多少友情就是毁在不清不楚的金钱关系中，手足间都要“亲兄弟明算账”，朋友之间就更要坚持这个原则了。
一对朋友合作了一份小小的事业，已经十几年了，事业平稳地成长，她们的友情也更加稳固，她们认为“明算账”是很重要的相处法则。
一是不做“滥好人”。
“为朋友两肋插刀”是义行，也是偶发或突发事情时替朋友做的牺牲或奉献。
但朋友平时细水长流的共处时，要像跷跷板两头平衡才能持久。
对朋友很难说“不”，然而经常勉强自己说“好”，往常只吃亏对方却毫无回馈，任何人都会在心里淤结疙瘩。
连母爱都不能百分之百达到这种境地，朋友当然也做不到。
一是尊重互助、但不干扰或越俎代庖。
最近有一种品牌的食米广告很有意思，说是“良好的人际关系，就像某某米一样，有点黏但不太黏”。
这是一句很好的形容词。
有点黏是尊重和互助，太黏了就干扰太多或越俎代庖了。
最常见的是帮女朋友出一堆怎样抓丈夫外遇的点子，或怎样为被男友欺侮的女友打抱不平，在一阵鸡飞狗跳以后，可能白忙而且女友也失掉了。
女性之间的友情是人生可贵的情谊，尤其是今天的女性，知识水准提高了，生活圈子扩大了，臭味相投的，可以结为知己；志同道合的，可以共创事业。
交同性朋友能训练自己心胸开阔，气度恢宏，明辨是非。
一个女人如果只爱男人不爱女人，只跟男人谈恋爱，不跟女人交朋友，那她还不算是成熟。
口学习用新观点来看爱情我绝不反对爱情在人生中的重要性——而新观点是对男女都同等重要，也绝对承认恋爱中的女人是美丽的——而新观点是快乐自信（不一定来自爱情）的女人同样是美丽的。
在新的时代，女人对爱情的观念也要变速，否则女人将难以真正成熟。
古希腊悲剧中的美狄亚，为了报复丈夫爱上别的女人，竟杀死两个儿子作为处罚丈夫的手段，今天仍然有女人演出同

后记

在成长的过程中，很多人都曾为不同的事物、不同的人而着迷，在不同的年纪、不同的场合，我们也都必须面对各种不同的规范或要求。
小时候长辈给我们宽容与成长空间，长大以后，逐渐被要求承担责任。
从“取”多于“给”，到“给”多于“取”，成熟的特征之一是对家庭、社会的具体回馈。
女人的持家、就业都是成熟的表现，能力不足时，可以学习充实，可是当环境不公平时，成熟的人有责任率先改进环境。
一个累积太多不平衡的家庭或社会是不可能和谐或快乐的。
健康的男人懂得欣赏女人的智慧，而不会觉得受其威胁。
在一个健康的环境下，成熟的女人可以不必害怕成功，不必隐藏智慧，或故意降低自己的能力。

媒体关注与评论

这是一本帮助女人认识自己、获得成长的好书。
只要重视自己可以把握的幸福，而且不吝惜付出，每个女人都可以和薇薇夫人一样，成为既知性又成熟的现代淑媛。
——《淑媛》杂志

编辑推荐

越成熟越美丽：畅销港台的心灵成长经典《一个女人的成熟》与其他书籍不同之处，在于它从女性的心理层面着手，让女性了解：要想从这种困境中脱身而出，首先必须培养成熟的性格；没有成熟的性格，再光鲜亮丽的外表，也有褪色的一天。
而成熟的人智力均衡发展，能自我控制、适度表达情绪，并为自己的行为负责，因此她们多能坦然地走自己的路，不疑不惧；即使在自己容颜衰老、年华已去之际，也能不忧不虑。
“大雨骤至，她们打起伞；雨势过大，她们躲入山崖下”，她们有变通的智慧，但绝非如“乡愿”般随波逐流、毫无主见；相反的，她们总是站在时代的轨道上，使自己的智慧加速成长，并与周遭的人建立圆融、健全的人际关系。
以往社会的中心是男人，因此女性所拥有的名称——“母亲”、“妻子”、“女儿”、“某某夫人”等，都是从男性的主干关系上分支出来，基本上，女性是不被允许拥有自己的“名字”和“身份”的。
如果有女性胆敢犯大忌，成为不让须眉的女中豪杰，多半也会被标上“牝鸡司晨”的名号，认为她太过强悍，不是好女人。
然而时代改变了、社会也变迁了，今日有将近50%的女性或因经济因素、或因个人需求投入就业市场，活跃在各专业领域中；晚婚及未婚女性比例也逐年升高，这些指标多象征着社会价值观已多元化，现代女性有更多选择走自己的路——无论是为人妻、为人母、单亲、独身贵族，或是不生育的“丁克族”。
然而，女性为这种“自由”选择所付出的代价是，她们的困惑及迷失。
她们的世界和母亲、祖母的那一代已经完全不同了，来自长辈的谆谆教诲，多半已不适用了；此外，原本已存在的“乱石坑洞”依然没有填平，甚至移动了位置，因此她们成了新世界的拓荒者，急需“新地图”为她们指引方向。
的确，要想在这个价值观不断变动及互相冲突的社会中生存下去，是件不容易的事，因此，因应女性这种需求而著作的大量书籍纷纷出版：或是教女性成为风姿绰约的女人；或是聪明女子；或是全面成功的女人……无非是教女性如何在这个新时代中，生活得更好、更自在。
从《一个女人的成长》到《一个女人的成熟》，著名的专栏作家薇薇夫人，展现给读者的不仅是她笔耕多年的丰硕成果，更是她为自己及众多女性同胞，“作为一个女人”的生活见证。
全书共分六章，辅以众多个人案例，薇薇夫人从中发掘出阻碍女人成熟的潜在因素，并为女性树立“成熟女人”的典范，让通往“成熟”的途径有迹可循。
通往成熟的途径，可能是直如通天的大道，也可能是泥泞的迂回小路，完全因个人的成长环境、个性及时代背景而异，然而它们的终点都指向“成熟”，只是有些人必须比别人多费些心思与毅力，才能走完全程；更有些人被一路上的障碍所绊，跌跌撞撞之余，再也没有爬起来继续走的勇气；还有被错误的选择误导，以致迷失自己，找不到原来的路。
在这条饱受挫折之路的女性不在少数，而在我们这一代，想要让每一位女性都有平坦之路可走，除了靠个人的修炼之外，恐怕最需要的还是少数走在前头的“成熟女性”，应发挥自己的智慧与勇气，为后继者除去一些不合宜的观念；甚至邀约“成熟男性”鼎力相助及为伴。
我们深信，成熟的男女，不仅懂得欣赏彼此的成功，更是人生旅途的最佳拍档。
（陈小薇执笔）

名人推荐

将近三十年以来，薇薇夫人总是有许多话说给跟她同时代的人去听。
年轻的，年“老”的；男的，女的。
　　像薇薇夫人这种爱讲话的人不在少数，但是有几个人把话说得这般动听，叫人永远点着头继续听下去？
　　没有。
　　我不知道她有什么秘诀把话“讲”得这般不寻常，我只知道这不是因为薇薇夫人有一套像说相声人士那般的技术。
人们永远“听而不倦”，似乎不是欣赏她的表现方法（固然这方面也值得欣赏），而是因为她言之有物。
　　偶然言之有物不是难事，好些年月言必有物，则非易事。
　　容许我赶时髦，长期言必有物而且令人听而不倦，得力于两个C的结合，其中一C为电脑（computer），另一C为传播（communication）。
　　我不知道薇薇夫人自己是否有一部高容量的电脑。
我这儿说的电脑是她的头盖骨下面那套资讯处理系统——以炭而非硅为基础的电脑。
我们每人都拥有这种电脑，只是薇薇夫人这一部的位元似乎比我们的高得多。
更加重要的是她勤于使用。
　　我已从她的作品里发现这个事实。
分析她的文字或视听方面的输出，我们可以看出她是一部十分勤于输入的创作机器。
她的输入大概有三大类：一是来自大量不同人物所提供的“故事”（事实资料）和“抱怨”（意见资料）。
二是学术观念和理论。
三是她的第一手资料，从敏锐的观察中所察觉的事实。
　　她头盖骨下的电脑的储藏是十分丰富的，其中的收藏不能用传统的资讯单位来计算。
换言之，除了客观的知识之外，有大量的收藏品是来自亲身生活经验的“见识”，和从这见识所衍生的洞察潜能。
这些东西加入了奇妙的资讯处理过程，使她的输出大异于主要使用“科学的资讯处理方法”所生产的学术作品。
　　我不知道应该怎样来描述这两种产品的差异。
也许可用“白玉”旁边的“红嘴绿鹦哥”跟罐头菠菜不同来比喻。
后者固然可使大力水手精神百倍创造奇迹，而前者则十分爽口，令人齿颊留芳，营养价值也高。
　　《一个女人的成熟》像薇薇夫人其他著作一样，足以说明这种方式的研究、分析和创作的过程。
什么叫做“女人的成熟”，她提出了假设，但不是“大胆地”提出的（所以没有说教意味），而是根据好些实际资料而建立的一个进行讨论的架构。
一套很有系统的观念，便在她个人观察与前人理论的交织下发展了出来，把女性社会化的一连串问题——影响的来源、阻力和角色冲突，等等——做了一番极具说服力而有创见的分析，可供一个追求“成熟”的妇女的建议也就自然出现了。
　　这个有价值的“输出”得力于作者那一套完美的资讯处理系统或她的“电脑”：第一个“C”。
　　第二个“C”是传播能力，也就是她拥有利用文字来恰当地表达意义的艺术。
这就是薇薇夫人劝我们这样、劝我们那样，但我们竟喜欢听下去，一次又一次，老是爱听的主要原因。
　　《一个女人的成熟》是探讨中国女性对社会如何调适的研究报告，有学术价值，同时可当做一本通俗读物来阅看，这只有具有两个高效能C的人才能做到的一件事。
薇薇夫人一直在这样做，相信她会使社会继续获益。
徐佳士【书评人简介】徐佳士，国立政治大学毕业，在美国明尼苏达大学与斯坦福大学修读传播理论，获硕士学位。

原任政大教授兼新闻系所主任、文理学院院长、考试院考试委员。
现任政大教授。
著有《大众传播理论》、《符号的游戏》、《模糊的线》、《大众传播的未来》等书。
名人推荐人生是一条不可逆转的单行道，女人和男人都在这条道上从幼稚走向或熟，但是女性的成长与成熟面临着更为复杂的压力和挑战。
薇薇夫人这本书，以大量实例解读了女性迈向成熟的各种内外因素、困难与抉择，比较了在社会活动、人际关系和家庭生活等各种场景中，成熟与不成熟的女性做出的不同反应，概括出了成熟女性的一些正向特质。
——陈一筠 著名心理学家、资深情感婚恋专家什么叫做“女人的成熟”，她提出了假设，但不是“大胆地”提出的（所以没有说教意味），而是根据好些实际资料，建立了一个进行讨论的架构。
一套很有系统的观念，便在她个人观察与前人理论的交织下发展了出来，可供一个追求“成熟”的女性的建议也就自然出现了。
——徐佳士 台湾著名作家、政治大学教授成熟的意义是什么？
什么样的女人可以说她成熟了？
如果我们能够从成人世界中找寻出成熟的典范，分析出她或她们的成熟点，找出成熟的轨迹，了解成熟的过程，这可能就提供了符合潮流的好教材。
——杨更炉 小蕃薯教育中心负责人

第一图书网, tushu007.com

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