

<<10-18岁青春期与女孩谈人生的100>>

图书基本信息

书名：<<10-18岁青春期与女孩谈人生的100个细节>>

13位ISBN编号：9787505425521

10位ISBN编号：7505425528

出版时间：2011-1

出版时间：朝华

作者：云晓 编

页数：241

字数：200000

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

对于女孩来说，青春期是怎样的一个“季节”呢？

如果用两个词形容，那就是：多姿多彩，但也多愁善感！

你的身体、你的思想、你的生活，都开始像花朵一样悄然绽放。

与此同时，你也渐渐步入了这个成人的世界、人生的大舞台。

在多姿多彩的生活中，你会遇到很多高兴的事儿，也会遇到很多烦恼的事儿，甚至是很多难以抉择、难以决断的困惑事，比如，你遭遇到了挫折、你被校园中的的是非非所困扰、你因外貌问题而深感自卑、你和同伴之间产生了矛盾……这时候的你，应该如何更从容、更智慧地处理好这一切呢？

仔细阅读这本书吧！

相信看过之后，当你再遇到困惑的时候，一定会有所启迪；遇到难事的时候，定能收获智慧；遭遇困境的时候，也能备受激励……

<<10-18岁青春期与女孩谈人生的10>>

内容概要

100则至理名言，100则实用的人生窍门，让女孩更有思想、更有能力、更有素养、更有智慧！

本书是青春期女孩，最需要的一本人生指南、成长智慧书！

成长的过程中，你会遇到很多烦恼的事，甚至是很多难以抉择、决断的困惑事，你还会与很多困境、挫折不期而遇……阅读本书，找到你所需要的方法、秘诀、技巧，相信你一定可以更从容、更有智慧地处理好这一切！

仔细阅读这本书吧！

遇到困惑的时候，你会有所启迪；遇到难事的时候，你能收获智慧；遭遇困境的时候，你将备受激励……

人生中，你可能会遇到的问题； 修炼你的内心——人生中收获美好未来的基础课；

亲情、友情、爱情——人生中那些幸福的学问； 行走于未来——你要掌握的那些处世之道；

注重生活细节——成长为幸福的完美女性； 轻松迈过人生的那些陷阱——人生可以从容一点儿、惬意一点儿。

<<10-18岁青春期与女孩谈人生的10>>

作者简介

云晓，女，毕业于东北师范大学中文系，从事教育工作多年，长期专注于家庭成功教育和青少年心理健康的研究，其作品发表于各类教育刊物。

作者已出版的畅销作品有：《13岁前，妈妈改变孩子的一生》《培养了不起男孩的100个细节》《培养完美女孩的100个细节》。

云晓老

<<10-18岁青春期与女孩谈人生的10>>

书籍目录

第一章 人生中，你可能会遇到的问题 话题1 美貌离我很远 认识美丽外貌的两种内涵 女孩，必须知道一些美丽的秘诀 话题2 遭遇挫折 挫折是什么 如何战胜挫折 话题3 自己并不完美 完美的内涵 如何正确追求完美 话题4 缺乏勇气 什么是真正的勇敢 如何拒绝不勇敢 话题5 我并不聪明 正确认知聪明 我不聪明怎么办 话题6 幸福在哪里 有关幸福的内涵 幸福在哪里 话题7 愿望落空时 看清楚自己内心的真正想法 怎么让合理的愿望得以实现 话题8 校园生活的是是非非 如何正确面对是是非非 被是非所扰时怎么办 话题9 生活中那些无可避免的改变 改变是一种必然 我们为何拒绝改变 积极适应改变 话题10 犯下不理智的错误 找出犯错误的原因 摆正对待错误的态度 话题11 艰难的抉择 做出抉择要遵循的几个原则 人生中几个重要的抉择

第二章 修炼你的内心——人生中收获美好未来的基础课 话题1 激情- 对待激情的正确态度 如何保持适度的激情 话题2 自信 自信心培养两步走 培养自信心的几种方法 话题3 上进心 和身边优秀的人多比一比，激发上进心 和昨天的自己比一比 话题4 积极乐观 用积极的眼光看待问题 当你觉得压抑时，不妨这样放松 话题5 必须有自己的价值标准 不能损害他人和社会的利益 不能违背自己的道德和良知 话题6 感到孤独和寂寞 我们为什么会感到孤独 当你感到孤独时，不妨这样做 话题7 自尊者，人必尊之 关于自尊的几种释义 如何呵护自尊 话题8 尽量减少自己的愤怒情绪 愤怒情绪产生的两种常见原因 选择正确的发泄渠道 话题9 成功的六大关键 成功必备的六要素 清楚自己内心对成功的定位标准 话题10 远离消极心态 找出消极心态产生的原因 远离消极心态，我们该怎么做

第三章 亲情、友情、爱情——人生中那些幸福的学问 话题1 和父母产生矛盾 矛盾是如何发生的 怎样化解矛盾 话题2 朋友的价值 正确理解“朋友”一词的含义 如何拥有朋友 话题3 各种各样的爱 父母之爱——最易得却最易被人遗忘的爱 朋友情谊——最真挚的爱 恋人之间——最美好的爱 话题4 家的意义与价值 家是什么 常回家看看 话题5 了解父亲 你了解父亲多少 如何增进父女感情 话题6 理解母亲 母爱——天底下最无私的爱 何以报亲恩 话题7 在祖父母身上取经 祖父母的价值 给予祖父母应有的重视，抽时间多陪陪他们 话题8 当你坠入爱河 步入爱河之前或之中你应当考虑好的事情 话题9 父母离婚 这不是你的错 尊重父母的选择 单亲家庭并不可怕 话题10 亲近的人去世 生老病死，大自然永远不变的规律 向身边人倾诉情感，接受他们的安慰

第四章 行走于未来——你要掌握的那些处世之道 话题1 更受人欢迎的学问 不要为了受欢迎而曲意逢迎他人 不要恃宠而骄 擅长人际交往 话题2 做个举止文雅的女子 礼貌让你深具涵养 待人处事考虑周全，让你更显内涵 话题3 具备一定的领导才能 用能力赢得别人的尊重 一定要有亲和力 能够知人善任，团结身边人 要有责任感 话题4 发挥女性特有的细腻优点 善良 体贴 细心 话题5 用微笑去征服所有人 微笑是对一个人最好的肯定与鼓励 微笑不单单是一种表情，更是一种感情 微笑是一种态度：爱生命，爱生活，爱自己 话题6 善于沟通 学会倾听，让你和别人的距离更近一步 懂得尊重他人，是良好沟通的关键 话题7 说话也有大学问 说话的技巧 与人交谈的细节 恰如其分地赞美别人 话题8 人际关系的秘密 人际关系——立足社会唯一不败的筹码 告别羞怯，告别独行侠的生涯

第五章 注重生活细节——成长为幸福的完美女性 话题1 一定喜欢读书吧 为什么要读书 一定喜欢读书吧 话题2 珍爱自己的身体 健康 饮食 睡眠 身材 穿着打扮 话题3 你运动吗 运动能带来什么 几种比较适合女性的运动方式 话题4 学会理财 女人的最佳生活状态—财权在握 如何理好财 话题5 下厨的哲学 不会饿肚子 彰显出对来宾的热切关怀 有成就感 在厨房忙碌，是为了让家更温馨 话题6 旅行的快乐 旅行是人生不可缺少的经历 旅行小贴士 话题7 热爱音乐 音乐是最值得提倡的消遣方式 音乐是疗伤时最好的药 音乐是催人奋进的“兴奋剂” 话题8 学会融入自然 走进大自然的好处 全身心感受大自然的馈赠 话题9 选择未来的职业 选择职业——宜早不宜迟 怎样选择职业 与工作有关的几点忠告

第六章 轻松迈过人生的那些陷阱—人生可以从容一点儿、惬意一点儿 话题1 对诱惑坚决说“不” 对诱惑坚决说“不” 增强对诱惑的抵抗力 话题2 远离烟酒和毒品 抽烟 喝酒 吸毒 话题3 生活中那些潜在的危险 话题4 搭便车 话题5 陌生人 话题6 娱乐场所与舞会 话题7 在朋友家过夜 话题8 夜间出行 话题9 见网友后记

<<10-18岁青春期与女孩谈人生的10>>

章节摘录

作为女孩，我们每个人几乎都有一种追逐美丽的天性。

面对身边人出众的外表、优雅的举止，我们总会心生艳羡，不知不觉间拿自己去和她们比较。

在一次次与别人比较的过程中，我们发现自己有越来越多的不足，对自己的不满也随之越来越多。

不信，我们可以听一听女孩内心深处这些声音：“我怎么这么胖呀，什么漂亮衣服穿到我身上都很难看。

”“我的脸上好多雀斑，在班级里都不好意思抬头。

”“我的眼睛好小，一点儿都不迷人。

”在这种不满情绪的作祟下，我们或者会对自己的外表产生自卑、或者会在自己的穿着上大下功夫、或者会想尽办法改变自己的外在形象。

爱美之心人皆有之，这本无可厚非，但我们对于美貌的追逐若是超出了“爱美”的正常心态，就可能造成很多不必要的麻烦。

比如说，为了追求苗条的身材，无休无止地减肥，到最后弄得自己食欲不振、乏力厌食；比如说，为了彰显自己的气质，一味去购买一些昂贵的衣服，弄得自己财力紧缺，生活紧张……我就曾看过这样一篇报道：一个15岁的女孩，因为嫌自己的眼睛太小不好看，便想要家人帮她去割双眼皮。

家人不同意，这个女孩就拿着自己平时积攒的零花钱，偷偷找到一家无照经营的美容院。

结果，因为美容院的技术不过关，女孩的眼睛在手术过程中被误伤，导致女孩一只眼睛失明……美丽固然是一种让他人羡慕的资本，追求美丽却并不是一件容易的事，一旦过了度，就会造成让我们收拾不了的残局。

后记

女儿还很小的时候，我就像很多妈妈那样，开始记录一些她的成长笔记，从第一次微笑、第一次坐立、第一次行走，再到第一声“爸爸妈妈”、第一次撅起小嘴巴开始生气、第一次进入校园……但与很多育儿笔记不同的是，在每次记录完女儿的成长状况后，我都会在后面就某一问题，给女儿写一封有关未来、有关人生的信。

还记得，因为更多有感于人们对女孩的第一声问候总是“她漂亮吗”，我写给女儿的第一封信就是“如果美貌离我很远”。

在信中，我不仅详细为她分析了美貌的内涵，更是用心总结了一些让女性变得貌美的窍门……于是，本着这样的思路，“遭遇挫折”“各种各样的爱”“自信”“幸福在哪里”等一篇篇关涉女孩未来的文章，就这样诞生了！

编辑推荐

《10-18岁青春期与女孩谈人生的100个细节》：想要把握自己的人生，就必须从人生中的每一个细节入手。

100则至理名言，100则实用的人生窍门，让女孩更有思想、更有能力、更有素养、更有智慧！

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>