

<<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。

这些都可能导致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>