

图书基本信息

书名：<<10-18岁青春期，和女孩说说爸妈的心里话>>

13位ISBN编号：9787505425767

10位ISBN编号：7505425765

出版时间：2011-1

出版时间：朝华

作者：云晓 编

页数：246

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>

## 内容概要

爸妈的肺腑之言，长者的人生智慧，引领你人生的航向！

不知道的事情，这里有分析；不明确的道理，这里有指南，不了解的秘密，这里有答案……给青春期的你，最为实用、有效、科学的帮助！

### 作者简介

云晓，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。

现任云晓家庭教育咨询工作室总负责人、韩国蓝天双语幼儿园客座专家等职。

云晓老师的作品自出版以来，长期位居各大书城、网络书城排行榜首位，在教育界产生了巨大的轰动！

其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》等。

## 书籍目录

第一章 最棒的女儿，请听听父母的心里话1 你长大了，恭喜你了解自己身体的发育一定要坚持的两个原则2 你的冷漠，我们理解冷漠的表现你可以保持自己的性格，但有问题一定要和爸爸妈妈说3 代沟总会存在，这需要相互理解对父母有不满，请换种方式告诉她们不求你理解父母，只希望你有自己的判断4 做妈妈的心情你的青春期，也是妈妈的更年期你可以不听妈妈的唠叨，但请一定不要顶撞她你可以不服妈妈的管教，但请理解她5 做爸爸的心愿你可以和爸爸保持距离，但请敞开你的心扉给爸爸一些爱的感动6 这一点不要怀疑——爸爸妈妈永远爱你请教父母，向父母借力父母也需要你的爱7 相信你永远是最棒的自卑产生的根源不要总是盯着自己的不足，多发现自己的优点相信自己是最棒的，你才能创造奇迹8 孩子，请和爸爸妈妈做朋友吧像朋友一样开诚布公，随时和父母交流真正把父母当朋友一样对待

第二章 明确一个问题：你在为谁读书1 你在为谁读书为10年后，不要落后于同龄人为10年后，能做自己喜欢的事情为现在和将来，活得更有尊严和价值2 没有笨不笨，只有方法对不对有方法不一定会赢，没有方法一定会输找到适合自己的方法3 厌学来临了，机会来II缶了只问进步，不问成绩越是不擅长的科目，越是不能留疑问和父母沟通一下，请其给自己一些帮助4 不要被老师或他人所左右学习是你自己的事和老师好好沟通结交一些积极乐学的朋友5 学习真的很累，很苦吗？如果感觉学习很苦很累，说明你方法不对头想想学习当中那些有趣的事情，有价值的事情和那些志同道合的同学一同奋斗吧6 不要用一次坏成绩否定自己坏成绩只是给你敲了一个警钟准备一个错题本7 遇到不爱学的科目怎么办你为什么不爱学把学习当成是一种挑战8 你可以贪玩，但一定要有明确的时间规划学习的时间，踏踏实实地学玩耍的时间，痛痛快快地玩严格遵守自己的时间规划

第三章 孩子，请坐下来认真和父母沟通一次1 言情小说该不该看找找它们的共通的规律，看一本便通10本联系现实生活，琢磨一下它的虚幻之处2 疯狂追星到底追什么如果单纯喜欢他的帅，那就再斟酌一下喜欢是正常的，迷恋则是失常的3 如何把握和异性交往的分寸异性交往的一些原则如果暗恋发生，千万不可发展为明恋4 保持好身材，维持理想的体重要控制饮食，但不能节食大部分减肥药都是骗人的，只有运动最科学5 快不快乐，由心决定加入群体吧感悟快乐的事6 千万不要喜欢坏男孩建立正确的异性审美标准远离“坏男孩”7 无益的女性朋友要远离对值得交往的朋友，一定要主动接触对不值得交往的朋友，躲得越远越好8 和别人比什么吃穿要和最差的比优秀的品质、良好的成绩，要和最优秀的比9 能依赖的只有自己生活上——自己的事情自己做学习上——自动自发10 一定要听父母的劝父母的建议，一定要入耳、入心如果感觉父母错了，去请教师长吧

第四章 关于品质与习惯——给你一些受用一生的提醒1 骨子里一定要坚强有挫折、困难是好事擦干眼泪后，一定要想想怎么办2 随时亮出自己的观点你的事情你自己做主任何情况下，都不说“随便”不能固执己见，更不能随波逐流3 永远把微笑洋溢在脸上每天都要笑一笑凡事换个角度不要为掉在地上的冰淇淋哭泣4 做个眼光长远的女孩子不要过分关注眼前的利益得失面对抉择，多问：5年后，会有怎样的结果5 成为一个受欢迎的女孩子爱干净，仪表整洁话不要太多，多倾听举止优雅6 细心的女孩更惹人爱对身边人，多些细心的关注做事做工作，都要细致7 绝不委曲求全的人勇敢说“不”做一个有个性的人8 待人接物不卑不亢不卑微——绝不对任何人低声下气不傲慢无礼——尊重身边的每一个人9 千万不要太小气对待别人的错误，一定要宽容要学会与人分享10 不要太过感情用事重情义没错，跳入情义的陷阱则是大错凡事多想想后果11 勇敢去尝试，不要惧怕失败不是你不能，只是你不敢迈出第一步，后面自然会水到渠成

第五章 关于未来，你需要思考一些问题了1 这是你自己的人生千万不要有依靠父母的想法千万不要有好运自动来临的奢望千万不要有“人的命天注定”的思想2 不能把自己的未来寄托于婚姻你也需要承担家庭责任一定要有自己的生活目标3 职业选择千万不能迷茫根据兴趣去选择职业看看职业是否适合你长足的发展在选择职业的时候，考虑自己的性格4 保持积极的进取之心每次，都和你前面的四五名比一比家里条件越好，越要努力进取5 千万不要有对付、将就的心态发现有问題，立刻纠正要做就做到最好6 开阔你的眼界眼光要长远思想不要停留在未成年人的世界，你需要成长7 关于理想和未来理想是什么寻找自己的理想设想自己的未来8 掌好自己的人生之舵凡事多动脑凡事多商量，多请教及时总结，及时提高9 行走于未来，你需要具备的那些能力沟通合作能力抗挫折能力决断能力

第六章 女孩，你身边的那些危险1 见网友要慎重2 对陌生人多留个心眼3 防范各种各样的骗术4 夜间出行要小心5 避免涉足娱乐场所6 各种情况下的紧急应对火灾逃生的九大诀窍发生地震时如何自救其他危险情况下的注意事项7 回家的路上被跟踪怎

么办8 当遭遇抢劫、偷窃9 无处不在的“性骚扰”

## 章节摘录

3代沟总会存在，这需要相互理解你的变化“父母认为快男、超女不入流，你却认为快男、超女是时尚，是流行；父母认为艰苦朴素是优良品德，你却认为艰苦朴素是穷酸样；父母认为你应该穿学生服，你却喜欢穿得另类时尚……”随着你慢慢长大，随着你渐渐步入青春期，你和我们父母一辈人之间也有了越来越多的分歧：你喜欢追求名牌，大讲派头；你喜欢追求另类，凸显自己的与众不同。望着这样的你，我们感到震惊，我们感到焦虑，我们不知道该怎么才能走进你的世界？

该怎么做才能更好地了解你？

当我们对追求名牌的言语表示出不满时，当我们对你特立独行的行为表示不能接受时，你常常会用不屑一顾的神色告诉我们：“我和你们有代沟！”

”是的，孩子，我们之间有代沟。

因为“代沟”，你认为我们不能理解你的行为；因为“代沟”，你不屑对我们多说一句话。

你用“代沟”疏远我们，让我们感到失落。

隔代人之间会出现代沟，我们能够理解，我们只是想告诉你这样一个事实，“代沟”总会存在，关键是看我们之间如何处理。

那么，究竟什么是代沟呢？

代沟又是怎么产生的呢？

代沟，是指子女在走向社会的过程中，背弃父母原有的观点，有了新的见解而造成的思想观念、行为习惯的差异。

它的形成往往有这样两点原因：第一，年龄和时代的差异造就的。

60后、70后的生活习惯、生活圈子、所持有的观点和你们90后是截然不同的。

观点和认知的差异，也就造成了我们两代人之间会形成一堵无形的墙，隔断我们的交流。

第二，因为你和父母相处的时间太久，因为你和父母相处的方式太单一，条件反射地造成了你对父母的厌倦和不耐烦。

正是因为如此，“代沟”也应运而生了。

有这样一句话：“熟悉的地方没有风景。”

”意思是说，当我们在一个地方呆的久了，就会发觉不出周围的美丽。

这句话用在“代沟”这种家庭中常见的现象上，也非常的适用。

不能否认，代沟总是会出现的，常言道：“三岁一代沟”，我们和你之间有二十几年的差距，形成代沟也并不奇怪。

正是因为有代沟，我们才更有沟通的必要。

不沟通，我们之间的隔膜就会越来越大；不交流，我们之间的感情就会越来越生疏。

这样的结果，不是我们想看到的，相信，也不是你想看到的。

对父母有不满，请换种方式告诉她们几乎每个父母和孩子之间都会有代沟，但是无一例外，几乎每个父母都不愿意和孩子产生代沟。

每个父母都愿意为了消除和孩子之间的代沟做出努力。

一位邻居就曾向我说起过自己正处于青春期的女儿：女儿13岁，特别喜欢看“超女”，每当电视上有“超女”比赛，女儿就会不吃不喝地一个劲儿看。

看女儿看得两眼放光的样子，我不由嘟囔了一句：这有什么好看的。

我这话不说还好，一说，女儿立马就跟我翻脸，说我不懂得欣赏，说李宇春多酷、周笔畅多个性……望着女儿像是一只发怒的小兽对着我咆哮不已，我是真没法理解：我只是无心说了一句而已，并没想要否定她的意思，她为什么就会有如此激烈的反应呢？

或许有些时候，父母的表达方式会让你产生误解；或许有些时候，对你的关心会造成你的厌烦，但是，孩子你可知道，父母们这样做其实只是想了解你的想法，只是想让你和我们多说两句话而已。

让人感到伤心的是，大多数情况下，你根本就没有考虑过对方的感受，一旦父母的话让你觉得不受用，你就会用你叛逆的“刺”，毫不留情地将我们推开。

观点存在不同，代沟总会存在，这都是非常正常的，相互之间只有理解和沟通才能营造出和谐温馨的

亲子氛围。

如果你和父母观点不一致，就喊：“跟你说了，你也不理解。

”“你什么都不懂！”

”你可知道，这样的呐喊让我们有多心痛。

作为父母，我们并非不通情达理，也并非不能大度地接受你的与众不同，只是你不说出你的观点，不说出你的理由，我们又怎么理解你呢？

你大可以心平气和地跟父母谈一谈，甚至可以用写信的方式向父母诉说自己的苦恼，这些都比和父母大喊大叫更能解决问题。

就拿我所认识的两个女孩为例：女孩小晴和小双是初中二年级的学生，在和父母产生意见分歧时，她们是这样做的——当父母对小晴的行为提出异议时，小晴常常就会暴跳如雷地指责父母不能理解她，然后气冲冲地把自己关在房间里。

结果，双方的芥蒂越来越深。

与小晴不同，小双在面对父母的不理解和不同意见时，总是会冷静地把自己对父母的一些不同看法写在纸上，以信件的方式发给父母。

父母仔细读过小双的信，也就能够很好地认识到他们之间的分歧。

换一种方式和父母交流，不仅能够让你父母更加理解你，而且能很好地呵护和父母之间的感情，何乐而不为呢？

当你能够换一种方式和父母交流，你可能会发现，那些所谓的“代沟”，也并不一定像你想象的那么难以克服。

不求你理解父母，只希望你自己的判断父母这一代，和你们这一代有很多观点和看法都会存在着分歧。

我们不求你能理解我们，但是，我们希望你自己至少应该有自己的判断。

很多时候，社会上那些打着“潮流”的旗号而出现的事物，是不是真得值得你追求推崇？

如果沉下心来仔细想想，你就会发现这样一个现象：有些时候，你之所以会热衷某些事物，不是因为别的，只是因为别人都在那样做。

别人都这样做，所以你也这样做吗？

父母不反对你追求时尚和流行，但却希望你在追求的过程中，一定要保持自己的个性，有自己的判断。

我所熟悉的一位女孩就是这样做的：女孩身边的很多人都喜欢刘亦菲，女孩却认真细致地在纸上写下了这样一个题目“喜欢刘亦菲的理由”。

当她写了几条以后就发现，她之所以会喜欢刘亦菲无外乎就是因为她长得漂亮。

当她总结出这个结论之后，便没有像别人一样盲目地去追星了。

又如，她的身边有同学学吸烟，告诉她这样做很酷。

她也开始为吸烟写下一些理由，当她发现这些理由不过是一些“为了耍酷”“吸引他人‘眼球’”等很肤浅的目的时，她果断地拒绝了。

的确，外界的诱惑总是二波未平一波又起，父母不求你完全遵从我们的意愿来生活，但是至少你应该有自己的个性和判断。

如果你不知道该如何做，不妨借鉴例子中女孩的方法，相信，在这样做的过程中，你也会受益匪浅。

给你一些过来人的经验正是因为有代沟，我们才更有沟通的必要。

换一种方式和父母交流，你就会发现，那些所谓的“代沟”，并不一定像你想象的那么难以克服。

父母不反对你追求时尚和潮流，但却希望你在追求的过程中，一定要保持自己的个性，有自己的判断。

编辑推荐

《10-18岁青春期,和女孩说说爸妈的心里话(珍藏版)》：爸妈的肺腑之言，长者的人生智慧，引领你人生的航向！

不知道的事情，这里有分析；不明确的道理，这里有指南，不了解的秘密，这里有答案……给青春期的你，最为实用、有效、科学的帮助！

这是一本代表全天下父母的心意，写给女孩看的书！

让女孩一生的命运从此改变！

通过《10-18岁青春期,和女孩说说爸妈的心里话(珍藏版)》，你可以了解：父母的那些心里话——如何说、如何做，才能与父母像朋友一样相处愉快；你在为谁读书——为什么而读书，读书与未来的关系怎样，如何应对读书过程中的那些难题……；必须认真和父母沟通的那些话题——如何远离无益的朋友，如何收获更多快乐……；那些受用一生的品质与习惯——坚强，乐观，大度，举止优雅……；关于未来，所要思考的问题——理想和未来，职业的选择……；你身边的那些危险——网友见面、性骚扰、各种各样的骗术。

爸妈的肺腑之言，长者的人生智慧，引领你人生的航向！

不知道的事情，这里有分析，不明确的道理，这里有指南：不了解的秘密，这里有答案……给青春期的你，最为实用、有效、科学的帮助！

这是一本代表全天下父母的心意，写给女孩看的书，让女孩一生的命运从此改变。

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>