

<<10-18岁青春期，女孩最需要的100个引导>>

图书基本信息

书名：<<10-18岁青春期，女孩最需要的100个引导>>

13位ISBN编号：9787505425910

10位ISBN编号：7505425919

出版时间：2011-2

出版时间：朝华

作者：云晓 编

页数：247

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>

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

前言

青春期究竟是怎样的一个阶段？

每当有家长问我这个问题时，我都会给他们做这样一个言简意赅的概括——“四容易两难”。

何谓“四容易”？

最容易叛逆；最容易和家长较劲；最容易厌学；最容易走上歪路。

何谓“两难”？

最难沟通；最难引导。

这样一个特点，相信家有青春期孩子的父母都不会感到陌生。

孩子一进入10岁左右的年龄，很多父母都会对自己青春期的孩子有如下的感受：“孩子开始和我们疏远了，再不像小时候那样粘着我们了，有了心事，也从来不跟我们说”；“孩子开始变得叛逆了，我说让他做什么，他往往就偏不做什么”；“孩子开始变得难以沟通了，每当我想找机会和他聊聊，他就会借故走开”；“孩子开始让我们更担心了，我们怕他会产生厌学情绪，怕他会结交不好的朋友，怕他沉溺于网络游戏……”；事实上，父母们的感受是正确的，这就是我们青春期的孩子。

他们真的好似在一夜之间就长大了，个子高了，样子成熟了，但与此同时，处于半成熟阶段的他们，也正悄然迈入了人生最危险的一个阶段——因为难以沟通，父母说的话，他就听不进去；因为叛逆，即便父母说了，他也很可能故意拧着来；因为受到外界的诱惑越来越多，而又不听父母劝，他们往往就会误入歧途、走上歪路，如厌学、早恋、和社会上一些不良分子交往等等。

青春期，就好比一个人生的十字路口，让我们的孩子备感迷茫和困惑，也让我们这些做家长的不知所措，不知道如何去帮他们一把，和他们好好沟通一下，防止他们走错、绕远，引导他们走上人生的正确之路。

当然，这也正是我们写作本书的初衷。

在本书中，我们将向您——全面揭示青春期孩子内心的那些秘密——他们那些最为迫切的心理需要，以及无数的青春期困惑与烦恼。

深入阐述做青春期孩子父母的大学问——如何不与青春期的孩子较劲，如何引导孩子爱上学习、提升成绩，如何与孩子更好地沟通，如何引导孩子健康成长，如何防范孩子成长之路上的那些危险……青春期男孩和女孩，教育方法要有所不同。在青春期这个特殊的阶段，有一些问题，是男孩女孩所共有的，但也有一些问题，是因性别而异的。

例如，在青春期，很多男孩都会有着如下这些困惑：“我的那帮哥们经常拉我一起去吸烟、打游戏，如果我拒绝，他们就说我是胆小鬼，不够男人。”

“我也想像摆脱网络游戏的诱惑，可我真的是无能为力，我怎么就控制不了我自己呢。”

“父母不在家的时候，我偷偷浏览了一下黄色网站，我惊呆了，但也深深沉溺其中……”

而与男孩不同，女孩们的困惑则大多是这样的：“我的相貌很一般，成绩也一般，在自己身上我真的看不到一点优点，在那些优秀的同学面前我更是深感抬不起头来。”

“我也知道看言情小说会影响学习，但我就是会忍不住去看。”

“我们班的一个男生给我写了封情书，我心里真的很矛盾，虽然知道这样的恋情会影响学习，但他真的很有魅力，我也觉得自己有些喜欢上了他。”

“我最好的朋友小蕾最近忽然不理我了，我感到非常难过！”

因为天生的性别基因使然，男孩和女孩就是这样的不同：男孩更容易受哥们义气的影响，女孩更容易为友谊问题所困扰；男孩更容易叛逆，女孩更容易自卑；男孩更易沉溺于网络游戏，而女生则更易于迷恋言情小说……所以，面对青春期的男孩或女孩，我们这些做家长的，也必须去掌握一些更有针对性、更具实用性的方法，去引导我们的男孩、女孩，走上一条正确的人生之路！

作为父母，面对处于青春期的孩子，我们不要犹豫不决，牵起孩子的手，不要让迷茫的孩子在困惑中摸索，不要让失落的孩子有找不到家的感觉，让我们和他一起微笑着面对青春、面对人生！

<<10-18岁青春期，女孩最需要的100>>

内容概要

本书由青少年教育专家云晓编著。

在《10-18岁青春期,女孩最需要的100个引导》中,我们将向您——全面揭示青春期孩子内心的那些秘密——他们那些最为迫切的心理需要,以及无数的青春期困惑与烦恼。

深入阐述做青春期孩子父母的大学问——如何不与青春期的孩子较劲,如何引导孩子爱上学习、提升成绩,如何与孩子更好地沟通,如何引导孩子健康成长,如何防范孩子成长之路上的那些危险……

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。

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

书籍目录

第一章 10-18岁，走进青春期女孩的内心世界

1 身体发育了，困惑来到了

方法一：告诉女儿，她真的很美

方法二：妈妈时常与女儿聊聊“悄悄话”

方法三：送她一本青春期读物

2 超级容易自卑的一个阶段

方法一：因外貌自卑——从积极的方面去评价女孩的缺点

方法二：因成绩自卑——在成功和失败中，让女孩正确认识自己

方法三：因家境自卑——摆正心态不攀比

3 女儿开始疏远你

方法一：与她的好朋友保持沟通

方法二：与她的老师保持联系

4 讲究个性、追求个性的阶段

方法一：既要忽视，又要引导

方法二：无论如何，都先认同女孩的个性

5 爱情萌动，需要更多关注

方法一：提前打预防针

方法二：如果发生了，不来硬的，来软的

6 内心的小秘密越来越多

方法一：尊重女孩的隐私

方法二：送女孩一个密码笔记本

7 困惑比较多，苦恼比较多

方法一：与同性交往——告诉女孩，一定要结交有益的朋友

方法二：与异性交往——教女孩正确与异性交往

8 脾气大，容易冲动

方法一：认同她的情绪

方法二：教女孩合理宣泄情绪的方法

第二章 理解并欣赏，青春期女孩的父母必须做的那些事儿

1 走出误区之一：生活上无微不至的照顾就是爱

方法一：拒绝溺爱，给予理智的爱

方法二：关注女孩的心理需要

2 误区之二：孩子我生的，我说了算

方法一：绝不和青春期的女孩较劲

方法二：小时候可以严，但长大后必须宽

3 走出误区三：讲道理就是教育

方法一：绝不唠叨

方法二：讲道理不如引导女孩去体会

4 走出误区之四：成绩好就是一切都好

方法一：个性培养很重要

方法二：习惯培养很重要

方法三：能力培养很重要

5 走出误区之五：孩子长大了，我们管不了了

方法一：了解青春期女孩最喜欢与最讨厌的教育方式

方法二：任何一个孩子都能成为好孩子

6 让女孩时刻感受到你的爱

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

方法一：和女孩一起做她喜欢的事情

方法二：不破坏女孩的每一点快乐

7 家庭中很重要的两种氛围

方法一：营造快乐、乐观的氛围

方法二：营造积极向上，力争上游的氛围

8 当亲子间发生矛盾后

方法一：先从自身找问题

方法二：对女孩“合理的一面”进行妥协

第三章 青春期，如何引导女孩爱上学习，取得好成绩

1 提高女孩的数学成绩很重要

方法一：把课本“吃”透

方法二：在做题之前，把题目考查的知识点找出来

2 如何引导女孩学好理科科目

方法一：学好物理的诀窍

方法二：学好化学的 方法

3 青春期女孩并不比男生笨

方法一：给女儿打“强心针”，帮她摆脱“儿女情长”的困扰

方法二：引导女孩把自己的优势运用到弱科上

4 拒绝死学习

方法一：引导女孩多问为什么，多思考

方法二：鼓励女孩把所学的知识“串”起来

5 开好家长会的几个诀窍

方法一：把“告状”变成“报喜”

方法二：把“挑毛病”变成发现“优点”

方法三：把“成绩大排队”变成“特长研讨”

6 面对女孩不如意的学习成绩

方法一：找原因，而不是挑毛病

方法二：找进步，哪怕很微小

方法三：和女儿一起确立目标

7 告诉女孩“至少要复习三遍”

方法一：日复习

方法二：周复习

方法三：考前复习

8 如何帮青春期女孩请家教

方法一：请不请，视女孩的实际情况而定

方法二：不能科科“全面开花”，请两个足矣

9 了解女孩学习情况的两种途径

方法一：向老师打听

方法二：引导孩子主动汇报

第四章 如何说，青春期的女孩才能信服你，爱上你

1 沟通不能只停留在学习上

方法一：谈点女孩感兴趣的话题

方法二：谈点新话题

方法三：谈女孩知道而家长不知的话题

2 认真倾听是有效沟通的开始

方法一：耐心听她讲完，不要急着打断她

方法二：不要急着否定她，给她更多解释的机会

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

方法三：再忙也要听她说

3 选择恰当的时机与女儿沟通

方法一：不要搞“饭桌教育”

方法二：盛怒之下不教子

4 选择合适的沟通场所

方法一：表扬女儿的话，在人前说

方法二：批评女儿的话，关起门来说

5 尝试多渠道与女孩沟通

方法一：书信——搭建与女孩沟通的平台

方法二：小纸条——架起与女孩沟通的桥梁

方法三：网络、短信——更具效率的沟通渠道

6 增加与孩子使用非语言沟通的频率

方法一：用眼神“教育”女孩

方法二：拍拍她的肩膀，给予她力量

方法三：用握手向孩子表达友好

7 与青春期女孩沟通，需要注意哪些语言细节

方法一：少说“一定要努力”，多说“尽力了就是好样的”

方法二：不说“爸妈希望你过怎样的生活”，要说“你希望过怎样的生活”

方法三：要多用“我觉得”，而不是“你应该”

8 把“代沟”降到最小化

方法一：与时俱进，主动寻找共同语言

方法二：平行交谈，增加与女儿共事的机会

第五章 10-18岁青春期，女孩最需要的8个引导

1 赋予女孩自信心

方法一：发现女孩身上的闪光点

方法二：让女孩从成功的喜悦中获得自信心

方法三：不对女孩用“否定词、限制词、挑剔词”

2 培养女孩的进取心，激发她的学习动力

方法一：不满是进取的源头——引导女孩和他人比

方法二：帮女孩设立自己的“学习目标”——引导她和自己比

3 增强女孩的抗挫能力

方法一：千万不要把女孩当成特殊保护对象

方法二：利用生活中的小困境锻炼她

4 让女儿拥有阳光心态

方法一：父母不做爱抱怨的人

方法二：带女孩出去走走，开阔她的视野

5 当女儿为友谊所困

方法一：培养女孩的宽容之心

方法二：帮助女儿走出盲目交友的误区

6 引导女孩成为一个有理想、有信念的人

方法一：给女孩一个准确的定位——“我是一个什么样的人”

方法二：给女孩一个明确的方向——“我将来干什么”

7 该不该攀比，攀比什么

方法一：让女儿看清虚荣攀比的后果

方法二：吃穿要和差的比，学习要和最好的比

8 言情小说怎么看

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

方法一：总结一份“言情小说的十大规律”给她

方法二：用其他文学作品吸引她的注意力

第六章 10-18岁青春期，防范女孩走上那些人生的歪路

1 冷漠、没有爱心——引导女孩树立正确的道德观

方法一：让女孩学着去热爱生活

方法二：让女孩学会关心他人

方法三：让女孩学会感恩他人

2 沉迷网络——通过“疏导”，引导女孩正确认识网络

方法一：应对网上聊天——教女孩学会自我保护

方法二：应对“网恋”——不打、不骂、摆事实

3 青春期女孩人生观、价值观的修复

方法一：女孩的爱好越多，世界越美好

方法二：让女孩经历几件“有钱也解决不了的事”

4 追星——既不放手让她追，也不阻止她去追

方法一：明星是崇拜的对象，也是学习的榜样

方法二：做女孩追星的理财顾问

5 防范着点上当和受骗

方法一：告诉女孩天下没有免费的午餐

方法二：让女孩时刻对陌生人多留个心眼

6 生活中，需要女孩格外注意的那些问题

方法一：避免涉足娱乐场所

方法二：防范无处不在的“性骚扰”

方法三：告诉女儿见网友要慎重

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

章节摘录

版权页：女儿一直在我们的呵护下长大，对我们也十分依赖，但是，自从进入青春期后，她与我们的交流少了，做事也通常不问我们的意见就自行决定，而且与我们的关系仿佛也日渐疏远，真是女大不由娘呀。

现在，每天放学回家，女儿就钻进自己的小屋，锁上门，不理我们。

吃饭时，她也默不作声，“专心致志”地吃自己的饭，要不我们问一句，她答一句。

不到万不得已，从不与我们说话，亲子之间很难沟通。

据我观察，很多家有青春期女孩的家长，都有着这种烦恼：我们哪里出错了，为什么女儿越来越疏远我们呢？

其实，家长不必为此而苦恼，这是青春期女孩的一种正常表现。

一位儿童心理学家曾这样说过，女孩进入青春期后，有一个非常明显的表现，那就是与父母之间的距离不知不觉被拉大了。

是的，生活中，我们也发现，女孩不再喜欢“粘”着父母，而是更愿意和同学呆在一起消磨时光；她们开始有意无意回避甚至疏远父母，父母不再是她们敞开心扉的第一人；她们不再喜欢和父母一起分享学校中的一些事情，即使父母主动询问，也常常表现得十分不耐烦……当然，女孩出现这些情况是有原因的。

从心理学角度来讲，青春期的女孩在承受着很大的压力，如，来自于学习的压力，身体突然变化产生的压力，性意识出现产生的压力……因为这些压力的存在，她们需要发泄，需要向他人倾诉。

但在很多时候，她们不好意思向家长诉说，而且，就算她们愿意向家长诉说，大部分家长也都不能以正确的态度对待。

所以，这些女孩宁愿把“心事”跟朋友倾诉，甚至讲给陌生人听，也不愿意告诉家长。

教育孩子需要讲究方法。

虽然青春期的女孩会与我们保持一定的距离，可这并不代表我们与女儿的心灵就无法对接，也并不意味着我们无计可施，我们还是方法了解她们的心理的。

方法一：与她的好朋友保持沟通因为有着共同的情感体验和烦恼，女孩在朋友那里可以得到更多的宽慰和理解，因此，好朋友成了女孩敞开心扉的首要人选。

当然，这也为家长了解女孩的心理，提供了一个途径，即与女儿的好朋友保持沟通。

一位家长在这方面受益匪浅：虽然晓娜对我们缄口不言，但是她的一举一动，我却了如指掌。

这一切都得益于女儿的好朋友楠楠。

有一次，楠楠来我家玩，趁晓娜去楼下买饮料的机会，我悄悄地问楠楠：“楠楠，这段时间晓娜和你说了什么悄悄话啊，能讲给阿姨听听吗？”

我也好想听听她的心事。

”“阿姨，晓娜最近确实有一件心事，可我答应她要保守秘密，不能告诉别人。

”楠楠有点为难。

“这件事我估计你们俩也不知道怎么办吧，阿姨是过来人，比你们的经验丰富，一定能帮晓娜摆平。

”“是这样的，阿姨，晓娜喜欢上了邻班的一个男生，但那男生好像并没有注意到晓娜，晓娜又不好意思表白，内心很苦恼。

”就这么一旁敲侧击，我就知道了晓娜最近的心事，于是我给她上了一堂早恋教育课，后来据楠楠反映，晓娜不再为那事烦恼了。

现在，我一直都与楠楠保持着“通气”，只要晓娜那有什么“风吹草动”，她都会及时转达给我。

青春期女孩与家长的关系疏远，使得很多家长颇为苦恼，甚至是暴跳如雷。

因为她们缄口不言，家长就发现不了她们身上的问题，也就更谈不上帮助她们了。

青春期是一个动荡的时期，一步不慎，女孩就如同坠入深渊，对自身造成伤害，有些伤害还很可能会留下一生的阴影。

所以，家长通过各种渠道了解女儿的近况是非常必要的。

上述案例中的那位家长的做法很值得借鉴。

<<10-18岁青春期，女孩最需要的1>>

进入青春期之后，女儿不再是小孩了，但在成长的过程中，她们确实会遇到很多问题和烦恼。在很多时候，她们还不具备解决这些问题和烦恼的能力，唯一能做的就是向朋友倾诉，倾诉完了，她们依然手足无措。

因此，如果家长从女孩的朋友着手，与其保持联系，那么就可以掌握第一手资料，从而发现女孩的问题，并帮其解决。

更重要的是，青春期的孩子都非常讲义气，好朋友的事情，她们乐意帮忙，好朋友的父母，她们也非常尊重，因此，与女儿的好朋友保持联系，是家长了解青春期女儿的一个非常好的途径。

编辑推荐

在青春期这个人生的十字路口，给她最需要的引导与帮助！

100个你会遇到的问题，100则实用的教子方法！

云晓老师编著的《10-18岁青春期,女孩最需要的100个引导》全面揭示青春期女孩内心的那些秘密！

深入阐述做青春期女孩父母的5大技巧——理解并欣赏；引导她爱上学习，提升成绩；朋友式的沟通最有效；给予女孩最需要的8大引导；防范孩子成长之路上的那些危险。

引导孩子的“现在”，成就孩子的“将来”！

青春期究竟是怎样的一个阶段？

每当有家长问我这个问题时，我都会给他们做这样一个言简意赅的概括——“四容易两难”。

何谓“四容易”？

最容易叛逆；最容易和家长较劲；最容易厌学；最容易走上歪路。

何谓“两难”？

最难沟通；最难引导。

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>