

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 图书基本信息

书名：《培养优雅女孩的100个要领》

13位ISBN编号：9787502836290

10位ISBN编号：7502836292

出版时间：2009-12

出版社：地震出版社

作者：陈艳

页数：306

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 前言

冰心说：“世界上若没有女人，这世界至少要失去5/10的‘真’、6/10的‘善’、7/10的‘美’。”女孩是上天赐给父母最纯洁、最珍贵的宝贝，每个女孩就像一朵小花，或美丽，或娇弱，或敏感，或细腻。她们各具魅力，因此，她们的成长更需要父母的悉心栽培。对于父母来说，有了女儿不仅仅意味着欢欣和兴奋，更意味着责任和担忧。所有的父母都希望女儿能才貌双全，梦想着她们长大后亭亭玉立、气质优雅，那该是多美的生活画卷。所以从女儿出生时起，所有的父母就费尽心血，力求将女儿塑造成为可爱、美丽、独立、优雅的孩子。我们知道，优雅的气质是可以辐射的，是具有震撼力和穿透力的。如果说女孩如花，而那花香就是女孩的气质。只有将这股香渗透到骨子里去的女孩，才是真正具有优雅气质的孩子，才会在举手投足、一颦一笑间透出一份雅致，一份飘逸，一份温柔细腻的精致。教育专家认为，在女孩气质的培养上，要注意培养她的内在美，而不是一味地强调外表美。虽然爱美是女孩的天性，但如果一个女孩子没有优秀个性和气质，那么她就如一朵枯萎的玫瑰，空留躯干，却没有一丝香气；相反，相貌一般的女孩，如果赋予她优雅的气质，她也会魅力十足。诚然，气质的形成虽有先天因素的影响，但更需要后天的全力打造，因此，如何培养女孩的气质就显得至关重要。本书通过大量精当的事例和简明的理论，从女孩的性别和心理特征出发，针对女孩的智商、学习、品质、情商、习惯以及自尊自爱等多个方面展开阐述，为家有女儿的父母总结了100条教育要领。在每个要领中，不但具体、细致地分析了女孩成长中的苦恼，也给父母们提出了切实可行的教育方法。可使父母通过自己的点滴努力，帮助女儿摆正成长的方向，发挥独特的潜质，成为追求卓越、全面发展的优雅女孩！编者衷心希望本书能为家有女儿的父母送去一份贴心的关爱，让这份爱浸润女儿的心田，萌发爱与美，使女儿在生命的季节里永远欣欣向荣。

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 内容概要

《培养优雅女孩的100个要领(成长版经典读本)》通过大量精当的事例和简明的理论，从女孩的性别和心理特征出发，针对女孩的智商、学习、品质、情商、习惯以及自尊自爱等多个方面展开阐述，为家有女儿的父母总结了100条教育要领。在每个要领中，不但具体、细致地分析了女孩成长中的苦恼，也给父母们提出了切实可行的教育方法。可使父母通过自己的点滴努力，帮助女儿摆正成长的方向，发挥独特的潜质，成为追求卓越、全面发展的优雅女孩！

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 书籍目录

第一章 如何培养气质优雅的女孩 001 自信的女孩最可爱 002 温柔让女孩更美丽 003 外表美不如心灵美 004 懂礼貌的女孩人人夸 005 把举止优雅放在第一位 006 谈吐优雅为女孩添魅力 007 艺术修养是魅力的源泉 008 一份气质就是一份财富第二章 如何培养智商超群的女孩 009 创造力让女儿卓尔不凡 010 给女儿一双善于观察的眼睛 011 记忆力是女儿智力的仓库 012 放飞女孩的想象力 013 思维能力让聪明翻倍 014 注意力是打开心智的门户 015 让女儿的双手动起来第三章 如何培养学习优秀的女孩 016 有兴趣才能自觉投入 017 主动学习效果佳 018 给女儿一个良好的学习环境 019 学习离不开合理的计划 020 向课堂要效率 021 学习贵在循序渐进 022 从考试紧张中跳出来 023 不要过于看重分数 024 教给女儿正确的读书方法 025 写好作文不再难第四章 如何培养性格乐观的女孩 026 乐观让生活充满阳光 027 让孤僻的女孩变开朗 028 活泼的女孩最闪亮 029 给女儿一个快乐的家庭氛围 030 幽默的女孩人缘佳 031 让女孩和懦弱说“BYEBYE” 032 热情是生活的力量 033 让女孩“说”得精彩 034 快乐地过每一天 035 面对困难，我有微笑 036 梦想是成功之翼第五章 如何培养心态平和的女孩 037 要始终保持平和的心态 038 控制孩子暴躁的脾气 039 没有过不去的坎儿 040 耐心是成功的基础 041 掌控女儿的叛逆心理 042 镇定让孩子更放松 043 把孩子拉出忌妒的深渊 044 别对金钱太贪婪 045 孩子任性别纵容 046 坚持到底才能胜利第六章 如何培养习惯良好的女孩 047 干净整洁的女孩惹人爱 048 珍惜时间就是珍惜财富 049 勤奋的孩子早成功 050 让女孩不挑食偏食 051 运动让女孩更健康 052 改掉孩子做事拖延的坏习惯 053 计划是实现目标的蓝图 054 不要让女孩过分注意打扮 055 让孩子主动承认错误 056 劳逸结合效率高 057 培养孩子的自律第七章 如何培养自尊自爱的女孩 058 维护女儿的自尊心 059 尊重孩子的隐私 060 让女孩爱惜自己的身体 061 运用力量保护自己 062 远离诱惑和陌生人 063 盲目虚荣并不是自尊 064 不要让女孩在追星中失去尊严 065 和孩子一起直面“网恋” 066 让女孩爱惜自己的生命第八章 如何培养善于交际的女孩 067 人际交往是沟通的桥梁 068 多个朋友多条路 069 克服羞怯，大胆交往 070 快乐孩子要合群 071 分享快乐会加倍 072 与人合作力量大 073 鼓励孩子多和别人交往 074 异性交往要注意分寸 075 与人交往要信守诺言第九章 如何培养独立自主的女孩 076 任何时候都要靠自己 077 培养女孩的独立性 078 自己的事情自己做主 079 把孩子当作独立的个体 080 做个优秀的理财小行家 081 把劳动光荣注入孩子心田 082 挫折让孩子更坚强 083 多给孩子一些自由的空间 084 社会实践益处多 085 让孩子自己管好自己 086 让女孩也有一颗勇敢的心 087 培养孩子的意志力 088 爱拼才会赢 089 让孩子杜绝依赖心理 090 防止孩子感情脆弱第十章 如何培养品质高尚的女孩 091 会感恩的孩子值得疼 092 强化女孩的善良天性 093 让女孩做到胸怀宽广 094 孝顺的女孩是父母的贴心小棉袄 095 让女孩成为助人为乐的天使 096 诚实是做人的第一美德 097 孩子“懂事”从负责任起 098 有爱心的女孩人人爱 099 谦虚是进步的动力 100 培养孩子做人的美德

## 《培养优雅女孩的100个要领》

### 章节摘录

001自信的女孩最可爱“自信”就是“相信自己”。苏联作家马克西姆·高尔基曾有过这样的表述：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信，沉浸在生活当中，并实现自己的意志。”自信是一种力量，更是一种动力。只有相信自己，正确评价自己，才能充分挖掘出自己潜在的能力，开拓出属于自己的一片天空。在孩子健康成长的道路上，自信心的培养也是至关重要的一课。国际名模谢东娜从小就深为自己高个子而苦恼，因为她不能像其他女生那样穿漂亮的衣裳，只能穿妈妈手工做的衣服。她回忆说：“正是因为这种自卑，使我常常觉得自己像个丑小鸭，因此，我就格外要强，常常干一般女生不敢做的事情，爬树打架样样不落，和男孩一样野。妈妈看我这样，并不责怪我，常常邀请我的表如到我家来玩，有时候让表姐在我面前做饭，还夸表姐心灵手巧。听到妈妈夸表姐，我好强的性格让我也不能服输，自己尝试着做起饭来。妈妈吃着我做的饭很高兴，不仅给了我肯定和表扬，还把这些点滴的进步给邻居和朋友讲：东娜长大了，和别的女孩一样心灵手巧。我终于意识到我自己也有优秀的一面，懂得肯定自己的能力，慢慢也变得斯文自信了。”父母在教育孩子时，可以学学谢东娜的妈妈，抓住机会夸奖孩子，让孩子知道自己也是有能力的，也有别人没有的优势，让其他人来认可孩子的能力，从而提高孩子的自信心。小清眼看就要把一张美丽的剪纸剪完了，可是就在这时，小清一不小心把剪纸给剪断了。小清立刻泄了气：“我再也不剪纸了，我要把它们全撕掉！”她一边说一边伤心地哭起来。小清的妈妈知道小清是想给妈妈剪一张漂亮的剪纸，把在幼儿园学到的本领骄傲地展示给妈妈看，并渴望得到妈妈的认可，可是，事与愿违，她并没有得到预期的结果。小清的妈妈不愧是个会教育孩子的好妈妈。她握住孩子的手，平静地告诉小清：“我理解你，际是想剪出一张漂亮的纸，事实上你已经做到了。我看见你剪的纸很美，只是最后一步剪多了，不过我们还有补救的方法，想想看，怎样去补救这幅美丽的剪纸？”小清听到妈妈这样说，擦了擦眼泪，马上高高兴兴地又拿起刚才的剪纸。小清用双面胶把剪断的那部分粘好，又修饰了一下，一张完完整整的美丽的剪纸呈现在了妈妈面前。妈妈亲了亲小清的小脸蛋，亲切地说：“我发现我家宝宝真的心灵手巧，剪出这么漂亮的剪纸，而且，做事情有始有终，妈妈奖励你一朵小红花。”小清得到了妈妈的夸奖，又高兴地去做别的事情了。孩子的认知水平和能力均非常有限，她独立做事时常常心怀良好的愿望，当事情的结果与她的预料反差很大时，她常常会不知所措，并且感到十分沮丧。此时，父母可以平静而温和地告诉她，你做得很棒，只是有一点小小的失误，相信你会想出好的办法来把它补救好。父母的鼓励足以唤起孩子战胜失败的信心，增强做事的能力。这样培养最有效自信心需要通过后天的磨炼得到巩固和加强，父母要重视培养孩子的自信，激发孩子的自信，让孩子挺起自信的胸膛做人、做事。父母可以从以下几方面去培养孩子的自信心：1. 培养孩子的特殊才能特殊的才能可以增强孩子的自信。父母可以根据孩子的兴趣和爱好来培养孩子的一些特长，让孩子通过发挥特长树立起信心。父母也可以通过展示孩子的特长，让其他人来认可孩子的能力，这样更能提高孩子的信心。2. 鼓励孩子多参加课外活动父母要多鼓励孩子参加课外活动，让她们在学业之外培养其他的兴趣与爱好；鼓励孩子参加社区义工活动，让她们多接触那些需要别人关爱和帮助的人群，这些都能增进孩子的自信心与自尊心。3. 鼓励孩子积极尝试父母在孩子跃跃欲试时，别对她说：“不行！这很危险！”而要给孩子支持和鼓励，让她们大胆尝试，体验成功和失败，并从这种成功的体验与失败的感受中，不断增强信心，增强她们“我能”、“我会”的积极进取心。4. 随时巩固孩子的自信巩固孩子的信心是一个不间断的过程，当父母看到孩子因不断成功而树立起信心时，千万不能以为大功告成，这时更要不断鼓励孩子，巩固其自信心。孩子在不断的鼓励中，就会通过自己不断的努力来树立起自信。教子箴言一个取得胜利的人，他的一言一行，一举一动，都能坚强自信，毫无犹豫不决。他自信能征服一切、创造一切，这种人给人家的印象是卓尔不群的，一见便能辨认他是精神充实具有伟大魄力的人。至于没有自信心的人，他们往往是人生战场上的失败者。这一种人是多疑的，连走一步路也没有坚定的信心，他们根本没有奋斗的精神。

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 媒体关注与评论

我希望我的孩子首先要有一个比较阳光的心态，正确地看待人生遇到的不顺和困难，最怕他们成为要么就自暴自弃，要么就愤世嫉俗的人。——杨澜一个女孩必备的两样东西，美丽和优雅。美丽是上天的恩赐，而优雅的举止同样会为优雅的女人增色。——卡耐基夫人

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 编辑推荐

《培养优雅女孩的100个要领(成长版经典读本)》：一本教你如何培养优雅女孩的书！一本家有女孩的父母都应该看的书！如果说女孩如花，而那花香就是女孩的气质。只有将这股香渗透到骨子里去的女孩，才是真正具有优雅气质的孩子，才会在举手投足、一颦一笑间透出一份雅致，一份飘逸，一份温柔细腻的精致。

# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 精彩短评

1、好书，培养孩子的养成习惯非常不错！



# 《培养优雅女孩的100个要领》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)