

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

图书基本信息

书名：《最优秀女孩的心理成长枕边书》

13位ISBN编号：9787505431539

10位ISBN编号：7505431536

出版时间：2012-9

出版社：朝华出版社

作者：文轩

页数：267

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

前言

女孩，你认为自己成熟吗？如果我用这个问题问你，你会如何回答？也许你会非常自豪地告诉我：“我已经成熟了。我有亭亭玉立的身材，我有凹凸有致的曲线，我穿最新潮的衣服，拥有青春动人的容颜。”如果你的答案是这样的，那我就不得不遗憾地告诉你：你错了！所谓成熟，并不是指我们身高是多少，身体发育到什么程度，也不是指衣着穿得多么华丽，长相多么妩媚动人，而是指一种修养，一种为人处世的风格，一种心灵的成熟度，即心理成熟。很多人一提到成熟，很容易跟年龄混淆在一起，认为年龄的增长就是成熟。而事实上，一个人的年龄与成熟度并不成正比关系。在日常生活中，我们经常能够看到这样一类人，即使她们已经二三十岁了，可说出来的话或做出来的事，往往给人一种很不成熟甚至幼稚的感觉。而有的人年纪虽然不大，一言一行却都给人以成熟稳重之感。事实上，成熟是一个宽泛的概念，既可以是一个人生理上的指标，也可以是一个人心理思想上的指标。心理成熟和生理成熟是两回事，一个人真正的成熟是心理的成熟，跟生理的成熟没有多大关系。

判断一个女孩真正成熟的标准是什么呢？在世界各地，几乎所有的男性或女性，以及心理学家们，无一不认可这样的10条标准：

- 一、温柔：有人说温柔是一种自我控制能力，是一种力量。有这种控制能力的女人是美丽的，这不是一味地顺从或是逆来顺受，这是种艺术，更是种美德。
- 二、大方：这是女孩的一种美德，不自私、不小气、不斤斤计较、不睚眦必报，这样的女孩才仪态万方，招人喜欢。
- 三、宽容。仁慈：原谅别人不经意的冒犯，不让仇恨蒙蔽了自己的双眼，宽容待人，仁慈行事，能够让女孩散发出更迷人的神韵。
- 四、聪慧，善解人意：冰雪聪慧的女孩很招人喜欢，因为她们能一眼看透他人的内心深处，了解别人的需求，理解别人的难处，分担别人的忧愁。
- 五、纯洁善良但行事成熟稳重：也许有人会说，纯洁又怎能成熟呢？其实纯洁和成熟并不矛盾，成熟与懂事密切相关，这里所说的成熟是指思维缜密，处事得体。一个女孩拥有了纯洁和成熟这两种看似矛盾的特征，她的魅力才会不同凡响。
- 六、热情。有爱心，乐于助人：这样的女孩是可爱的，她的爱心赋予了她另一种意义上的美，这是外在的任何一种艳丽所无法比拟的。
- 七、谦虚内敛：谦虚的女孩平易近人，也让人尊敬。谦虚并不说明她没脾气，没个性，反而正是因为有性格才懂得谦虚，有个性才懂得内敛。
- 八、细心，井井有条：男孩可以粗心一点儿，但女孩千万不可粗心大意。经营自己的生活，离不开细心，井井有条的女孩，才能简单、愉快地前行在追寻梦想的路上，不被粗心、烦躁拖累。
- 九、有上进心。有思想：积极进取是女孩永远也不应缺失的品质，积极进取的女孩才能让自己的内心丰富，才能超越自我，能在任何时候都具有强大的吸引力。所以女孩一定要用知识来武装自己。
- 十、脚踏实地：这个世界诱惑多多，浮躁的人更多，但有一点可以肯定，踏踏实实的女人可爱、可亲、可敬。

看完这十点你有什么体会呢？或许你会感叹一声：“哦！这也太难了，我恐怕做不到！”女孩，先别急着否定自己，其实，只要你找到了合适的方法，找到了恰当的时机，想要修炼成一位成熟的优秀女孩并不是多么困难的事情。这本《最优秀女孩的心理成长枕边书》就是为你量身打造的一套修炼秘籍，你参照这套秘籍一点点修炼之后，就会在不知不觉间惊讶地发现，当初你所认为的“不可能”已经在潜移默化中变成了“可能”。这套秘籍都包含哪些内容呢？让我们先睹为快吧！

女孩篇——告诉你最优秀的女孩应该是什么样的，她们身上有哪些值得我们学习的地方；成长篇——告诉你在成长的过程中会遇到的那些主要问题，以及应对的方法；思想篇——告诉你如何充实自己的大脑，让自己更智慧；行为篇——告诉你女孩的行为应遵守怎样的准则；友谊篇——告诉你择友，以及与朋友相处的窍门；习惯篇——告诉你习惯的力量何在，哪些习惯对女孩的一生至关重要；学习篇——告诉你学什么，怎么学，以及正确的学习态度；能力篇——告诉你如何修炼自己的某些能力，为成长积蓄无穷的力量；心态篇——告诉你心态与“快乐人生”之间的正比例关系；性格篇——告诉你关于“性格决定命运”的秘密；进取篇——告诉你掌控自己人生，取得成功的一些方法；魅力篇——告诉你如何修炼成人见人爱的魅力女孩。总之，这不仅是一本与女孩“卧室密谈”的书，更是一本让女孩受益终生的成长书。阅读本书，你将迈出走向成熟与优秀的第一步！谨以此书，送给每一位渴望优秀的女孩！

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

内容概要

文轩编著的《最优秀女孩的心理成长枕边书》就是为你量身打造的一套修炼秘籍，你参照这套秘籍一点点修炼之后，就会在不知不觉间惊讶地发现，当初你所认为的“不可能”已经在潜移默化中变成了“可能”。

这套秘籍都包含哪些内容呢？让我们先睹为快吧！

女孩篇——告诉你最优秀的女孩应该是什么样的，她们身上有哪些值得我们学习的地方；

成长篇——告诉你在成长的过程中会遇到的那些主要问题，以及应对的方法；

思想篇——告诉你如何充实自己的大脑，让自己更智慧；

行为篇——告诉你女孩的行为应遵守怎样的准则；

友谊篇——告诉你择友，以及与朋友相处的窍门；

习惯篇——告诉你习惯的力量何在，哪些习惯对女孩的一生至关重要；

学习篇——告诉你学什么，怎么学，以及正确的学习态度；

能力篇——告诉你如何修炼自己的某些能力，为成长积蓄无穷的力量；

心态篇——告诉你心态与“快乐人生”之间的正比例关系；

性格篇——告诉你关于“性格决定命运”的秘密；

进取篇——告诉你掌控自己人生，取得成功的一些方法；

魅力篇——告诉你如何修炼成人见人爱的魅力女孩。

总之，这不仅是一本与女孩“卧室密谈”的书，更是一本让女孩受益终生的成长书。

阅读《最优秀女孩的心理成长枕边书》，你将迈出走向成熟与优秀的第一步！

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

书籍目录

写在前面 女孩个性成熟度测试

女孩篇

做一个优秀的女孩

中国那些优秀的女性们

外国那些优秀的女性们

成长篇

描绘你的成长蓝图

了解悄悄变化的自己——写给青春期的女孩

女孩的第一人生选择——独立自主还是依赖他人

女孩的第二人生选择——左边是感情，右边是理性

思想篇

你看得有多远，就能走多远

请相信，你是独一无二的

改变思维定势——思路决定出路

一艘没有航行目标的船，任何方向的风都是逆风

默认平庸，就是在制造失败

行为篇

美好的行为比美好的外表更有力量

予人玫瑰，手有余香

自尊者人必尊之，自爱者人必爱之

诚信是做人的第一原则

友谊篇

什么是真正的朋友

面对好朋友的“争风吃醋”怎么办

冷静面对朋友的“抛弃”

如何扩大你的朋友圈

这些故事，让你明白友谊的真谛

习惯篇

勤奋使人成长，懒惰让人沉沦

认真细致是女孩的制胜法宝

今日事，今日毕

优秀就是永远跑在时间前面

做事有计划、有条理，人生更完美

培养阅读的习惯

学习篇

爱学习，是你优秀的保证

走出校门并不意味着学习的结束

学习拒绝三分钟热度

向博学多才的人看齐

寻找自身未被开发的潜能

能力篇

三寸之舌，胜于百万之师

挫折和苦难只是成功路上的垫脚石

必须努力奔跑，否则不是被饿死就是被吃掉

女孩的优雅，关键在于懂得自控

想象是一切希望和灵感的源泉

心态篇

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

当你看到前面的影子时，要知道，你的背后有阳光

珍惜我们所拥有的

放低姿态是一种人生的智慧

不唠叨、不抱怨的女孩才美丽

过去的已逝去，不必太在意

性格篇

有时宽容引起的道德震动比惩罚更强烈

不为虚荣埋单

我们唯一值得恐惧的就是恐惧本身

远离嫉妒的深潭，做最棒的自己

进取篇

自己掌控命运，否则别人就要来掌控

将自己打造成耀眼的珍珠

问题不是你做了多久，而是你有没有在进步

做了事情未必能成功，但不做则必定不会成功

发挥自己的优势，为自己的成功加码

人生重在选择，选择铸就人生

魅力篇

真正的美丽与脸蛋、身材无关

微笑的女孩最有魅力

高雅的气质为你的魅力锦上添花

章节摘录

“蒹葭苍苍，白露为霜。所谓伊人，在水一方。溯洄从之，道阻且长；溯游从之，宛在水中央。蒹葭萋萋，白露未晞。所谓伊人，在水之湄。溯洄从之，道阻且跻；溯游从之，宛在水中坻。蒹葭采采，白露未已。所谓伊人，在水之涘。溯洄从之，道阻且右；溯游从之，宛在水中沚。” 《诗经·秦风》里一首《蒹葭》，意境优美而隽永，带给了我们无限美好的遐想，诗句中，那被描绘得宛若秋水一样的伊人，成了很多人心目中理想的女神：风姿卓绝、顾盼生辉、清丽脱俗、丽质天生……似乎所有的词语都不足以形容她的美好。于是，我们不自觉地用这样的标准来衡量自己，却在不断的对比中发现，自己与这位具有秋水般灵性的美人相比，似乎总是缺少了一些什么。进而不免心怅惘之，接着这样安慰自己：这样的人太过美好，或许只适合存在于美丽的童话之中，而我是个活生生的人，不是神。如果你能有这样的认知，我为你感到高兴。这至少说明，你已经开始理性地认识自我、探究自我了。所以，你也大可不必因为自己不如那些文学作品中的女神而心生失落。文学作品中所塑造出来的女性形象，太过完美，像神一样虚无缥缈。而生活在现实世界中的我们，却是一个个鲜活的生命，是可以创造世界、改变世界的精灵。我们聪明活泼、精力旺盛；我们好奇心强、视觉敏锐；我们总是在发现、在探索，当然，也在破坏中重建。我们每一个人都可以在不断的成长与蜕变中，成就最优秀的自己。那么，最优秀的女孩应该具备哪些优秀品质呢？一位走过全球无数个国家的哲人，根据女性的普遍特点，一边走一边总结，最后把完美女孩应该具备的性格、品质及能力归纳为以下几点：遇到不想回答的问题，直视对方的眼睛，微笑，沉默。走路抬头挺胸，与认识的人打招呼，对陌生人微笑。爱笑的女孩，运气绝不会太差。多照镜子，对他人、对自己都很真诚。诚恳，坦然，慷慨，宽容，拥有一颗平常心。懂得从内心欣赏别人。自己分内的事情，努力做到一百分。懂得忍耐与坚持。不做刺猬，能不与人结仇就不与人结仇，深知“谁也不跟谁一辈子，有些事情要学会忘却”的道理。学会妥协的同时，也会坚持自己最基本的原则。关心亲人和朋友，及路上的陌生人。从未停止学习，不管学习什么，语言、厨艺或各种技能。从不随意发脾气。不说谎话，因为她知道谎言总有被拆穿的一天。宽容伤害自己的人，因为她知道，各人都有自己的难处。过去的事情可以不忘却，但一定会放下。珍惜身边的一切，认为亲人、朋友、爱人是自己最大的财富。知错能改。越着急的事情越是慢慢做。在最愤怒的时候也不对所爱的人说出无法挽回的话。相信生活坏到一定程度就会好起来。说到底，女孩这种完美的品性究竟有怎样的作用呢？它有一种神奇的魔力，能让女孩变得美丽、优雅、气质迷人；它能让女孩具备出奇的人际吸引力，让她处处受欢迎；它能让女孩的能力日益提高，成为众人仰慕的小才女；它能让女孩从心底觉得自己很快乐，很幸福……用一句话来说就是——它会使女孩变得越来越有内涵。总结上面这位哲人所提到的种种，我们不难发现，优秀的女孩几乎都具备这样一些品质：善良：对于女孩来说善良就是她的底线。自私自利，心狠手辣，即使她再成功再漂亮，失去了善良，她所有的一切也将黯淡失色。自爱：人和人都是平等的，我们应该享受同样的目光和待遇。如果一个女孩把自己弄成一个卑贱的地毯，什么人都可以任意踩踏并且不知羞耻，不自尊，不自爱，即使把自己打扮得再风光，也会遭人厌恶。教养：一个女孩可以不漂亮，可以少点气质、少点文化，但不能没有教养。教养是一种潜在的品质，它能直接吸引人们的目光。生活需要有教养的女孩，家庭更需要有教养的女性来担当好妻子、母亲、媳妇的角色。温柔：好女孩不能缺少温柔，温柔是女孩最美丽的衣裳，女孩穿上它会给人一种舒心美好的感觉。P3-5

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

编辑推荐

杨澜、邓亚萍、玛丽·居里、海伦·凯勒、希拉里·克林顿……她们之所以优秀、全世界闻名，不仅是因为她们身上所彰显出的优秀气质，更因为她们掌握了“心灵强大”的密码！文轩编著的《最优秀女孩的心理成长枕边书》致力于帮助天下有志成才的女孩，对如何成为最优秀的女孩进行了全方位的阐述，旨在让女孩通过轻松阅读的方式吸收到丰富的成长“养料”，成就女孩幸福的一生。本书主要分为女孩篇、成长篇、思想篇、行为篇、习惯篇、能力篇、学习篇、友谊篇、心态篇、魅力篇等等，引导女孩的心理更快地成熟与完善。

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

精彩短评

- 1、这本书不错，很喜欢。
- 2、挺好的，对女孩为人处事有些很不错的建议，满意。
- 3、感觉初中生看比较适合
- 4、为女儿准备的，喜欢！
- 5、讲的比较大众化。其实和日常生活中的理解差不了多少
- 6、真心希望女儿看后能变得优雅，自信，做一个知性美丽优秀的女孩子。相信孩子，你真棒！女儿也很喜欢该书。
- 7、适合青少年女生看
- 8、女儿看了很满意，能给她以帮助。
- 9、书内容不错,对于孩子成长有帮助.
- 10、还可以吧，还没看完，实例比较多
- 11、女儿看了受益匪浅
- 12、不错的励志书，与女儿一起读了。
- 13、孩子很喜欢看，不错，挺好
- 14、很实用的一本书，让孩子每天做一些练习，很有帮助。
- 15、给小女孩来说，应该受益不浅。
- 16、书不错，女孩子应该读一下，很有价值。
- 17、对于小孩子也许有些过早，不过先学习学习，以后会更好！
- 18、浪费了 书写的不好
- 19、对青春期的小孩有帮助，受益匪浅哦！！！！
- 20、买来送给女儿的，希望她能接受正能量教育，健康成长
- 21、很好的书，很快的速度。对孩子很有帮助。
- 22、相信可以让妹妹学到些东西，
- 23、枕边书不错哦
- 24、班主任推荐的一本书，收到后我也看了一下，确实不错，适合女孩子看。
- 25、这本书还不错!很赞!刚刚拿到货，就认真看了几页，真的很棒！
- 26、帮别人买的，反应还不错
- 27、喜欢看跟心理一类的书
- 28、非常值得女孩一看的书 真的!!
- 29、小朋友很喜欢，小姑娘应该都喜欢看吧
- 30、女儿很喜欢读，认为对她有帮助
- 31、买回来就直接给女儿了，还不知道怎样。
- 32、读这本书，我知道了优秀的女孩是如何成长的，这本书非常有用！
- 33、总的还不错，值得读。
- 34、帮助你成长，特别对于青春期的女孩，有很大的帮助。
- 35、最优秀女孩的心理成长枕边书
- 36、买来准备培养宝宝的，发现买太早了，送给上初中的女外甥倒挺适合的，因为有青春期的一些建议。
- 37、好书 内容不错
- 38、书中内容很好。嗯。希望卖家能保时，内容很细致，讲了一些很好的小故事和心灵感悟。读后不禁感叹。
- 39、好书，只等一看，受益匪浅
- 40、教给了我们如何成为优秀的女孩！
- 41、在书店买了看了挺好的，当当网要便宜10元钱一本，又买了两本送人！
- 42、优秀就是永远跑在时间前面
- 43、帮人买的，外面一层薄包装，感觉很好。发货也超快！
- 44、当当比书店便宜了10元钱，真没想到当当网在春节期间送货也这样快

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

45、大概翻了一下，挺好的，分得很细。让孩子自己读自己去体会参照。

《最优秀女孩的心理成长枕边书》

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