

<<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

图书基本信息

书名：<<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

13位ISBN编号：9787221096715

10位ISBN编号：7221096716

出版时间：2011-10

出版时间：贵州人民出版社

作者：凉月满天

页数：197

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>

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

### 内容概要

凉月满天所著的《青春叛逆期与女孩有效沟通》是为广大青春叛逆期女孩的父母答疑解惑的最佳读本。

作为一名中学高级教师，一个十六岁女孩的母亲，作者对学校教育和家庭教育都有切身的体验和深刻的体会。

《青春叛逆期与女孩有效沟通》通过一连串生动典型的案例，深度剖析了青春期女孩的种种心理。指导父母正确定位自己的角色，带领父母寻找与女儿沟通的最佳方法，帮助父母解决青春期女儿的各种问题，从而让女儿成功地度过这个充满阵痛的阶段。

成长为健康、快乐、阳光的美少女！

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

### 作者简介

凉月满天

《读者》签约作家，河北省作家协会会员。

中学高级教师，一个16岁女孩的妈妈。

在各大报刊发表作品200万字，300余篇作品被收入各种选本，其中多篇文章被选入“中小学实效性阅读与写作教学策略研究”课题实验教材。

出版专著多部，对学校教育和家庭教育都有切身的体验和深刻的体会。

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

### 书籍目录

#### 第一章 了解叛逆期女孩的特点是有效沟通的前提

叛逆，独立意识的增强让女孩变得“不乖”

独立，叛逆期的女孩离父母越来越远

迷茫，情绪波动大女孩也很苦恼

孤独，叛逆期的女孩更需要朋友

自卑，对自我的关注带来困惑

虚荣，自尊心发展的曲折进程

嫉妒，青春期的心理暗伤

#### 第二章 与叛逆期女孩沟通的关键词

理解：不要把女孩的叛逆看成无理取闹

尊重：留点空间，尊重女孩的秘密

平等：是家长，更是朋友

自由：女孩是大人了，她的地盘她做主

真诚：向女孩敞开心扉，让女孩了解真实的父母

信任：让女孩打开心灵的窗户

宽容：失败的女孩更需要呵护

支持：告诉女孩“你能行”

#### 第三章 掌握叛逆期的沟通技巧

人多的地方，多夸奖女孩

表扬也要讲究点艺术

再大的错误，也不能当众批评

批评要有度，不能过多指责女孩

鼓励女孩有讲究

疏导不是强迫，顺着女孩来

和内向女孩说话时应注意的问题

#### 第四章 非语言沟通很重要

微笑，成功和失败都给女孩最温暖的支持

眼神，另一种爱的语言

拥抱，一次拥抱胜过十次说教

握手，给叛逆期的女孩成人感和成就感

沉默，给女孩自我反省的机会和空间

纸条、信件，纸上的关爱很入心

网络，跟上女孩时尚的步伐

作出榜样，身体力行是最深刻的教育

#### 第五章 错误的沟通会让女孩更叛逆

打骂，最无能的沟通

唠叨，“唐僧式”父母让女孩厌恶

指责，会让半熟女孩不知所措

抱怨，只会使女孩的叛逆升级

打击，摧毁女孩自信的罪魁祸首

哭泣，给女孩的心理施压要不得

禁闭，最危险的沟通

#### 第六章 倾听是沟通的绿色通道

静下心，听女孩的真实想法

不要打断女孩的话

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

倾听女孩的话外之音

如何让女孩吐露心声

“察言观色”，把握女孩的心理变化

认真倾听，分享女孩的体验

深层倾听，理解女孩的感受

倾听是一种能力，教女孩学会倾听

第七章 与女孩一起面对身体和感情

女孩欲说还羞的身体变化

女孩性意识的觉醒和困惑

让女孩认识正确的恋爱观

不要紧张女孩“早恋”

初恋是女孩最美丽的经历

教女孩避免可怕的性伤害

引导女孩谨慎交友

绝对不能查看女孩的日记和信件

正确引导抽烟喝酒的女孩

增强女孩的生命意识

第八章 父母要扮演好不同的角色

妈妈要做好女孩的心理医生

不同阶段，妈妈要给女儿不同的爱

敞开心扉，妈妈是女儿情感的榜样

爸爸是女儿的“偶像”，教会女孩与异性交往

爸爸是规则、坚强、勇敢的最佳教师

父爱如山，爸爸是青春期女孩的坚实后盾

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

### 章节摘录

版权页：女孩欲说还羞的身体变化女孩大了，从一个牙牙学语的幼儿长到一个十几岁的大姑娘，这期间，父母付出的心血已经无法计量。

不过，在女孩的青春发育期，父母，尤其是母亲，更要随时准备好对孩子做出恰当的指导，引导孩子正视和理解自己身体那些“欲说还羞”的变化。

当孩子告诉你，她的内裤被一些从身体里流出来的无色透明或者白色液体浸湿的时候，要告诉她，这是白带，是因为雌激素变化了才出现的，它不是病，是青春期来临的信号。

同时还要恭喜她：你就要长大了。

然后，不等孩子经期来临，就要提前告诉她，在将来的某一天，她的身体里面会流出血来，刚开始也许周期不太稳定，但是以后会稳定在每隔28到30天来一次——因为基本上一个月光临一次，所以这种东西叫做“月经”。

同时，也不要忘记告诉她，月经来临是因为你的身体里面，子宫在发育，就好比一个梨子，长大一圈，就会蜕一圈外皮下来，这圈“外皮”会按时排出体外；而且也不要忘记对她表示恭喜：月经来临，说明你正式迈步进入青春期，已经是一个大女孩了……当孩子的月经真正来临的时候，要详细指导她应该怎样做。

比如：不能剧烈运动，不能洗冷水浴，还有不要天冷贪靓，要风度不要温度，否则容易导致痛经；还要注意经期卫生。

要让孩子记住自己的月经周期，好及时做好准备。

最好平时让女孩记得在包里备好一些卫生巾，这样既能给自己提供方便，说不定还可以给粗心的朋友提供方便。

同时教孩子做一个有修养的人，使用过的卫生巾不要随意扔进马桶和便池，以免造成管道堵塞；新的卫生巾要保管好，不要随便拿出来或一时大意露出来。

## <<青春叛逆期，与女孩有效沟通>>

### 编辑推荐

《青春叛逆期,与女孩有效沟通》是一本父母了解青春叛逆期女儿的红宝书，一本学习与青春叛逆期交流的必备教材。

让女儿与成长的烦恼绝缘，让父母与沟通的困扰再见。

零距离接触青春期女孩的内心深处，多角度诊断青春期女孩的叛逆心理，深层次解析与青春期女孩的相处之道，全方位扫除与青春期女孩的沟通障碍。

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>