第一图书网, tushu007.com

<<培养完美女孩的24堂课>>

图书基本信息

书名：<<培养完美女孩的24堂课>>

13位ISBN编号：9787510704437

10位ISBN编号：751070443X

出版时间：2011-10

出版时间：中国长安

作者：张蓉蓉

页数：258

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

前言

希望自己的女儿是清气含芳的公主，是端庄和美的女神，更是才智超群的才女，这是天下所有父母“望女成凤”的企盼与最大心愿。
然而，美丽的鲜花需要园丁的辛勤浇灌，精良的美玉需要工匠耐心的打磨，同样，完美的女孩需要父母的精心培育。
　如果说家庭是女孩的第一所学校，父母则是女孩的第一任老师。
培养完美女孩是每一位父母的心愿，也是父母的责任。
那么，该如何培养女孩呢？
该如何把女孩培养成出类拔萃的才女呢？
塞德兹说过：“人如同陶瓷器一样，小时候形成一生的雏形，幼儿时期就好比制造陶瓷器的黏贴，给予什么样的教育就会形成什么样的雏形。
”父母的素质和灌输教育对孩子的成才起着至关重要的作用。
　专家认为，虽然男孩与女孩都是家中宝，可在行为方式等方面毕竟不同，其差异一般会体现在以后的学习、生活等各种行为上。
父母要充分利用女孩早期的行为优势和特点来进行引导和开发，不要扭曲女孩独有的特性，而是让她成为一个“实力派淑女”。
　从性别而论，这个社会对女性有一种特殊的要求，一是装扮这个世界外部的美丽，二是构建人际间的温情，所以人们才说“女人的素质决定着整个民族的成败”。
因此，气质高洁、温文尔雅、善良纯正、美丽大方、聪明伶俐、乐观开朗的女孩子，才是最受欢迎的女性模板。
　从个人价值层面来看，这个世界又不可能总是富有温情的，它也会对女孩子板起面孔：没有能力，下一位；缺少气质，对不起；没有自主性，太糟了；不懂得交际，有些不妙；娇气无法适应变化的生活，那怎么办……这一切都只能在生活中逐渐地培养出来。
　当你拿起这本书，就表明你对自己的女儿已经寄予了无限的厚望。
的确，“望女成凤”是千百年来的历史积淀，这成了家长们挥之不去的浓厚情节。
　当你面对自己的女儿不知道该如何教育时，甚至是对她的教育感到迷茫或想寻求帮助时，不妨接受这24堂课的洗礼，看看如何培养出最优秀、最完美的小公主。
　《培养完美女孩的24堂课》涵盖了当下最前沿的性别教育理念，用最科学的教育方法以及最有效的沟通方式，让你与你的女儿零距离交流，让她不断变得优秀、变得完美。
真心希望所有的家庭都能够和谐、温馨，所有的女孩都能够健康、快乐地成长，迎接属于她们自己的美好未来！
　编者　2011年8月

<<培养完美女孩的24堂课>>

内容概要

现实中，任何一个女孩都不能只活在家长的梦想里。
所以，培养完美女孩就需要父母从她小的时候开始，脚踏实地地引导她积累优秀的能力和品质。
《培养完美女孩的24堂课》是父母培养女孩的的必备辅导手册。
《培养完美女孩的24堂课》既可以让孩子在书中寻找到优秀的榜样，又可以让父母在书中得到很好的启迪。

作者简介

张蓉蓉，女，汉族，1986年4月出生，本科毕业，其在教育部门从事孩子教育工作多年。
尤其对3—16岁年龄段的孩子教育管理颇有感悟。

<<培养完美女孩的24堂课>>

书籍目录

第一章 心灵对话——做女孩最“贴心”的朋友 第1堂课 想做好父母，不妨先做好朋友 成为女儿无话不说的好朋友 做她的知心辅导员 和你的女儿多一些相互理解 交流从有效地沟通开始 注重与女儿的“非语言沟通” 第2堂课 想做“贴心”朋友，需注重方式 试着“蹲下来”和女儿说话 倾听女儿的心声 表扬——与女孩沟通的艺术 让她在民主的家庭气氛中成长第二章 懂得“富养”——完美女孩是“富养"的结晶 第3堂课 学会“富养”，让你的女儿与众不同 富养，重在塑造完美内涵 富养，给她一个健康的心态 富养，心灵富足的同时也要独立 富养，千万别把女儿“圈”在身边 第4堂课 “富养”真谛，完姜女孩切忌用钱堆砌 富养不只是用“钱”养 富养的尽头是“拜金” 富养≠娇惯 家贫也能“富”养女第三章 净化心灵——善良的女孩才最美 第5堂课 让女孩拥有一颗感恩的心 教女孩懂得感恩 以身作则，培养出孝顺女儿 引导她用爱来回报 第6堂课 爱心是善良的源泉 让她善良的心灵回归 温柔呵护女孩的同情心 教给孩子“爱”的能力第四章 培养气质——让你的女儿多一份优雅与高贵 第7堂课 完美女孩要焕发出优雅气质 仪表美——让女孩端庄气质流露 得体装扮——彰显优雅气质 文明礼让——让淑女气质一览无遗 气定神闲——让你的女儿淡定从容 第8堂课 完姜女孩要充满文艺气质 知性气质：使她散发出淡雅的书香气 灵动气质：开启女儿的音乐素养 形体气质：舞蹈赋予女孩优美体态 审美气质：让绘画升华她对美的感悟第五章 树立自信——自信让女孩臻于完美 第9堂课 自信是女孩人生永远的金牌 做独一无二的小天使 用自信成就女孩的一生 给女孩穿上自信的“水晶鞋” 第10堂课 建立自信，从父母的赏识开始 自信源自父母的肯定与鼓励 别让孩子的自信心泯灭第六章 塑造坚强——别让女孩成为羸弱的天使 第11堂课 让女孩远离脆弱和娇气 勿让女孩把眼泪当“武器” 别让怯懦绊住她 别让她在温室中成长 第12堂课 用坚强的个性“武装”女孩 做敢于挑战困难的女孩 学会笑对失败和挫折 教会女儿永不言弃第七章 要有主见——别让女孩成为“墙头草” 第13堂课 让她做一个有主见的女孩 不做墙头上的草 让她远离优柔寡断 支持女孩自己做决定 她可以既听话又有主见 教会女儿聆听自己的心声 第14堂课 有主见的女孩最出色 善待女儿的“顶嘴” 会自我管理的女孩最优秀 有主见从控制欲望开始 自由成长是赋予女孩的翅膀第八章 锻炼交际一妙语连珠的女孩最受欢迎 第15堂课 拒绝腼腆，远离孤僻 交往能力让女孩更有好人缘 让腼腆与害羞从她身上消失 帮她走出孤僻的泥淖 第16堂课 能说会道的女孩印象加分 培养女儿的幽默细胞 让女儿的谈吐温文尔雅 妙语如珠，让她更具竞争力第九章 巧手慧心——动手能力让她更具女孩魅力 第17堂课 爱她就别把她变成“小懒虫” 让她做自己的事情 让女孩做个勤劳的好姑娘 父母要学会以逸“代”劳 第18堂课 灵心巧手是靠练出来的 剪纸是女孩成长的必修课 绣花能让女孩更加心灵手巧 让女儿至少学会一种女红第十章 智慧学习——让你的女儿学习更优秀 第19堂课 给她插上知识的翅膀 培养兴趣，让她爱上学习 完美计划，帮她科学提高成绩 养成好习惯，女孩学习更高效 学会预习：培养女孩的自学能力 重视复习：把知识掌握的更牢靠 第20堂课 克服偏科，“完美”学习 让数学不再是女孩的“痛” 女孩偏科，找准症结 让女孩巧过英语关第十一章 学会保护——让她远离不必要的伤害 第21堂课 女孩．请学会保护自己 给她相信自己能保护自己的信念 把自我保护的常识教给她 自我保护意识时刻铭记女孩心 第22堂课 避免伤害，快乐成长 不独自走偏僻的小道 远离网络的潜在危险 学会拒绝，不给坏人可乘之机 “密封”好自己的秘密第十二章 花季护航——陪女孩顺利度过青春期 第23堂课 “多事之秋”的青春期 正确对待女儿追星 别让女儿盲目减肥 抵制烟酒的诱惑 给她一个宽松的空间 第24堂课 女儿那懵懂的情愫发芽了 一起和她讨论“爱是什么” “开诚布公”与女儿谈性 别轻易摧残女孩的“早恋”情结

章节摘录

在和女儿的沟通和交流中，父母还要注意，一定不要做女儿的“ 损友 ”。
有的父母认为：要和孩子成为真正的朋友，就要支持她的一切想法，包容她的一切行为。
如果这样下去，父母很可能成为孩子的“ 损友 ”。
　有个小女孩犯了错误，当时她很侥幸地想：爸妈和我是朋友，肯定会原谅我的，我跟他们撒一下娇，他们肯定不会怪我的。
对于这种情况，父母切记要把好“ 尺度关 ”，对于孩子犯下的严重错误，父母就要毫不留情地指出来，并说出惩罚她的原因，让孩子被罚得心服口服。
这样，父母既和孩子做好了朋友，又不失父母往日的威严。
　通常来说，父母总是把孩子当做教育的对象，给孩子灌输成人世俗的思想，让孩子接受成人眼中的世界，以过来人的语气教育孩子。
但是，孩子也是一个独立的个体，她有独立的人格，有自己的思维，有自己的想法，虽然可能幼稚，可能不成熟，但那是她通过自己的双眼对这个世界的感知而总结出来的，父母没有权利去扼杀它。
父母和女孩成为朋友，能防止两代人之间产生太深的代沟，同时，这种朋友式的亲情能营造一种轻松愉快的家庭氛围，让孩子健康地成长。
 一个母亲讲述了这样一段经历： 有一段时间，我发现女儿小凌放学回家后的话题变了。
她常常说，谁又买了新文具，谁又穿了新衣服，谁家里有车，谁的父母是当官的…… 记得那年冬天的一个周末，难得我和她爸爸都有时间，天气又好，我们一家三口回了一趟农村老家。
在准备回城的前一天，天气突变，飘起了雪花。
为了安全起见，我们决定周一一早雪停后再走。
女儿的表叔开着一辆小货车送我们回家，怕影响女儿上课，便开车直奔学校。
当车刚行驶到学校路口时，不知怎的，女儿偏不让把车开到校门口。
因天气很冷，女儿的表叔坚持要把车开到学校门口，但女儿执意要下车自己走。
争执不下，我想这里一定有什么原因，当着她表叔的面不好深入究其原因，便决定先随她去。
　下午她放学回来，我问她原因，起初她不说，经再三询问，她才说：“ 别的同学坐的车都是小轿车，哪像我坐着拉货的车上学，让同学看见多丢人，她们谁都得拿我开玩笑！
”听了这话，我真的生气了，小小年纪的她怎么会有如此的虚荣心，这是从哪儿学来的！
二叔为了她，影响半天的工作不说，还冻了半天。
我气呼呼地对她说：“ 小小年纪，居然比起车来了，你怎么不比比学习？
说到底还是嫌你父母没本事啊！
”女儿听了这话，哭了。
我没理她，心想她也该好好想想了。
可是，夜深入静，当我躺在床上时，我却失眠了。
女儿长大了，她开始有自己的思想了。
女儿固然有她不对的一面，可这不能全怪她，社会、周围环境，都对她有着潜移默化的影响。
再者说，从某种意义上讲，她也是希望过幸福的生活，渴望父母事业有成。
我对她的关心还是不够，今天的事，我处理得也不冷静。
　于是，这以后我抽出时间，常和女儿谈心，告诉她，生活是自己创造的，要想生活好，得靠自己努力。
父母的一切只能是父母的，不属于你，拿父母的成绩来炫耀是不对的。
那时女儿还小，似懂非懂，我就给她讲松下幸之助的故事，带她看电影《居里夫人》，我希望她能懂得我的良苦用心。
　同时，我更加倍地投入工作，几年来，我从一个普普通通的个体劳动者，成为区里最年轻的个协理事，参与区里的建设。
我和女儿一起为希望工程捐款。
在这点点滴滴的琐事中，女儿变得懂事了，她开始理解了我的忙碌，理解了做人的一些道理。

不再为一点小事掉眼泪，她开始热衷于集体活动，在集体活动中找到快乐而不再总缠着我。
她还学会了关心人，久而久之，她担任了班干部，并为组织好每一项活动而开动脑筋。
看着她的忙碌，我由衷地感到高兴。
　可见，只要有良好的沟通，父母和孩子也能成为很好的朋友。
　女孩的内心世界是丰富多彩的，充满了纯真、善良、浪漫。
但是，除了学校、家庭、社会的正面影响外，社会的负面效应如攀比心理、虚荣心理、浮躁心态等也时刻冲击着女孩稚嫩的心灵。
另外，独生子女的特有问题，如孤独、以自我为中心、独立性差、情感脆弱等等也常常困扰着她们，影响她们的成长。
　按心理学讲，子女对父母的情感分两个层次，一是感激，一是敬佩。
当我们给予女儿的仅是衣食住行的物质满足时，我们得到的只能是感激；当我们给予女儿的是更深层次的精神满足时，当女儿能从我们身上学到坚韧不拔、积极进取、乐观豁达的品质时，她回报我们的将是敬佩。
　因此，做为女孩的父母，我们要经常与女孩交流、沟通，由于女儿的生活经验有限，所以她看问题的深度和广度会受到限制，再加之其价值观还没有完全建立，所以在更多的时候需要父母的辅导作用。
但是辅导的前提有两个，一是要对她的所思所想有比较全面的了解，使父母的辅导更加有针对性。
二是合作态度，辅导者与被辅导者的关系应该是朋友似的平等关系，女孩可以反驳、可以提出质疑，大家对事不对人，不主张把关系变成教育者与被教育者的关系。
同时，我们要避免把我们的意识强加给女孩。
无论怎样都要避免把我们的意识强加给女孩，把辅导变成了教导，进而又把教导变成教训。
要讲究方式、方法，还要了解女孩的心理。
人们常说家庭是女孩的第一课堂，父母是女儿的第一任教师。
然而要做好第一任教师，上好每一堂课，可绝不是件容易的事。
除了爱心、责任感外，还要讲究方式、方法，要了解女儿的心理，并不断提高自身修养，只有这样才能真正成为女儿的良师益友，得到女儿的尊重。
我们要遵循女儿自省自悟的过程，生活中很多父母经常会急于教训女儿，这样做就忽略了一个重要过程，那就是女儿自省自悟的过程，这时候特别需要父母们的耐心。
同时还要有一个思想准备，有时候一次两次的过程还不足于让女孩明白真正的事理，我们要允许她可能会慢一些，千万不要嫌她反应慢、不聪明，更不可以由此就说她是个笨女孩，那种嫌弃的态度会影响亲子关系的正常发展。
P4-6

编辑推荐

希望自己的女儿是清气含芳的公主，是端庄和美的女神，更是才智超群的才女，这是天下所有父母“望女成凤”的企盼与最大心愿。
　如果说家庭是女孩的第一所学校，父母则是女孩的第一任老师。
培养完美女孩是每一位父母的心愿，也是父母的责任。
培养完美女孩的24堂课》(作者张蓉蓉)是父母培养女孩的的必备辅导手册。
《培养完美女孩的24堂课》既可以让孩子在书中寻找到优秀的榜样，又可以让父母在书中得到很好的启迪。

第一图书网, tushu007.com

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