

<<成长的烦恼600问>>

图书基本信息

书名：<<成长的烦恼600问>>

13位ISBN编号：9787549922987

10位ISBN编号：7549922985

出版时间：2012-10

出版时间：江苏教育出版社

作者：刘婉瑶 编著

页数：179

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>

<<成长的烦恼600问>>

内容概要

也许家长觉得，供孩子吃喝、上学就够了，殊不知青春期孩子小小的内心里还承受着各种各样的困惑与压力，来自身体的、老师的、同学的、家长的、社会的方方面面的问题，他们学习过如何应对吗，又向谁诉说呢？

和青少年朋友聊一聊，就会发现他们的内心存在着很多很多正当的、却难以纾解的困惑。如果不妥善善处理这些问题，它们很可能发酵、变质，最终导致严重的后果。

《成长的烦恼600问(女生版)》收录了当下青春期女孩内心存在的一系列问题，并有针对性地给出了应对方法。

《成长的烦恼600问(女生版)》希望能够让青春期朋友把心打开，感受美好的生活！
本书由滕刚主编。

<<成长的烦恼600问>>

书籍目录

第一部分：我

一、我和我的纠葛，该如何抉择？

二、我的身体在变化，发生了什么？

三、怎样做才能让身体更干净、更健康

第二部分：我和爸爸妈妈

一、对父母的爱，要怎么说出口？

二、我为什么不能接受父母爱我的方式

第三部分：我和老师同学

一、学习啊学习，我该拿你怎么办？

二、老师为什么这样对我？

三、原来与同学相处这么难？

第四部分：我的社会交往

一、闺蜜是怎样炼成的

二、脑中总是出现他，怎么办？

三、可不可以和校园外的人交往？

<<成长的烦恼600问>>

章节摘录

1.一个人是不是必须长得漂亮才能招人喜欢呢？

答：这是我们常常犯的一个错误，那就是误以为一个人的价值就是他的外表，似乎一个人只有拥有美好外表才能受到他人的尊敬和爱慕。

确实，美貌很重要。

但是，一个人的价值绝不仅仅取决于他的外在表现。

一个人的价值究竟在哪里？

答案是他自身，因为他是一个人，在这个世界上是独一无二的，他以自己的特质来显示自身的价值，他以自己的存在使这个世界有所不同，这并不依赖于任何外在的表现，如美貌。

2.长大了之后，再听到别人夸我漂亮，我就再也高兴不起来了，总觉得自己被看做了“花瓶”。

漂亮的我为什么不快乐呢？

答：有了这样的想法说明你对自我已经有了更高的认识，认为“内在”比“外表”更为重要，害怕自己漂亮的外表遮蔽了别人对自己内在的认识。

其实别人夸你漂亮，并不代表否定你的内在，只要做好自己，内外双重提升，不就更好了吗？

3.遇到什么事我总是喜欢哭，怎么办？

答：哭其实是一个非常直接的情绪宣泄口，它可以排遣你心里的不良情绪。

所以，不要将“哭”看做一件不好的事，要正确看待哭。

但这绝不是鼓励你哭，如果遇到点儿困难挫折就哭，只能让人觉得你太娇气，太懦弱。

这时我们是不是可以找到其他排遣情绪的方式呢，比如散步、运动等？

4.我总是觉得懒得说话，怎么办？

答：首先要分析自己为什么会懒得说话。

如果是觉得别人无法理解你的想法，所以不愿意表达，那你可以试着向别人敞开心扉，因为只有你敞开了自己的心扉，外边的阳光才会照进来啊！

你也可以先学着倾听别人，或者和关系好的同学讲讲自己感兴趣的话题。

5.我好想总是多愁善感，应该怎么办？

答：进入青春期后，女孩子更加多愁善感是十分正常的现象，因为随着年龄的增长，我们面对的世界变得越来越复杂，在乎的事情也越来越多。

多愁善感的女孩一般都心思细腻、善解人意，所以不用担心，你只要保持乐观阳光的心态就好了。

6.我为什么总是感觉别人在跟我作对？

答：这是因为正在青春期的你无论是身体还是内心都处在一个急速生长的阶段。

当自我逐渐成长起来的时候，你就会过分注意自己的想法，希望得到认可，而过于注重自己的想法往往导致自大。

处在青春期的我们一定要敞开自己的心，让别人听见我们心里的声音。

如果你多了解一下别人的看法，就不会觉得所有人都在和你作对了，你们或许只是观点不同而已。

7.我长得不怎么样，这让我自卑；我的家境不如别人，这让我自卑；我知道的、接触的事物不多，这也让我自卑；我没有其他女孩有魅力，没什么朋友，这更让我自卑……于是，物品没有了自信，做什么事情都畏首畏尾，不敢尝试，害怕失败。

我该怎么办呢？

答：知道阿甘吗？

一个智商不高、腿有残疾，被大家公认为“最逊”的小男生。

他从小被人嘲笑、被人作弄，但妈妈告诉他：“生命就像一盒巧克力，在你打开它之前，你永远也不会知道它的味道。

未来的世界是不可预知的，重要的是有信念，敢于去尝试，去发现新的美好世界。

”于是阿甘才不再理会别人眼中的自己。

他带着信念，勇往直前，甩掉护腿支架开始奔跑；在乒乓球比赛中击败高手获奖；在战争中冒着生命危险拯救战友……阿甘最终赢得了总统的嘉奖。

<<成长的烦恼600问>>

如果穿着自卑的厚重盔甲，阿甘肯定寸步难行，你也一样。
我们来做个实验，重新造句，把“自卑”换成“自豪”，你会发现自己其实有不少优点呢！
要知道，你不是没有优点，只是你从未好好审视自己。
请像阿甘一样，带着信念走出第一步，总有一天，你将会尝到巧克力的甜蜜滋味。

P2-4

<<成长的烦恼600问>>

编辑推荐

我总是觉得懒得说话怎么办？

好朋友告诉我说，来月经了就可以生小孩子了，这是真的吗？

青春痘在我脸上留下的疤痕能痊愈吗？

我发现爸爸有了外遇，我应该怎么办？

我为什么觉得自己和爸爸妈妈无话可说？

我们的母语不是汉语吗，可是为什么我们非学英语不可？

为什么我的成绩提高了以后她就渐渐疏远我了？

我不喜欢我的代课老师怎么办？

爱情真的是和学习对立的吗？

《成长的烦恼600问(女生版)》收录了当下青春期女孩内心存在的一系列问题，并有针对性地给出了应对方法，希望能够让青春期朋友把心打开，感受美好的生活！

<<成长的烦恼600问>>

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>