

<<妈妈不说,女儿不懂>>

图书基本信息

书名：<<妈妈不说,女儿不懂>>

13位ISBN编号：9787122093912

10位ISBN编号：7122093913

出版时间：2011-1

出版时间：化学工业出版社

作者：姚华

页数：168

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>

<<妈妈不说,女儿不懂>>

前言

时光荏苒，不知不觉孩子就长大了。

孩子进入青春期，青春期是自我身份认同、情感发展的关键期，随着“第二性征”的出现，女孩子的情绪及言行都会出现极大的困扰或变化。

她会拥有自己的小秘密，把自己的内心世界对成人封闭，拒绝成人的探视，力图摆脱成人的控制，这就是心理学上所说的“心理闭锁”现象。

同时，与异性的关系也会变得神秘而紧张起来，从原来对异性的有意疏远，逐渐开始喜欢和异性接触。

即使是很乖巧的小女孩也会突然变得敏感，尤其是与父母的关系。

如果父母尊重她，给她充分的自由让她表达自己的想法并对她给予实际的中肯的建议，她就会把自己的秘密与父母分享，否则，她会把自己的秘密藏起来。

父母如果不经她同意，偷看她的日记，偷听电话，刺探她的小秘密，她就会与父母翻脸，把父母当仇人。

任何心事再也不会跟父母讲。

很多朋友对我与女儿能融洽相处感到惊异，尤其知道我与女儿讨论的话题会涉及一些敏感问题时，大都感到更诧异，觉得我跟女儿的关系实在太OPEN了，其中不乏80后初为人父母者。

其实与女儿的关系关键就在于尊重和信任。

我们给她足够的尊重和信任，在她遇到问题时，我们与她的关系更像是朋友。

我们会帮她分析不同选择可能带来的一的种种后果，然后让她自己决定应该怎么办，而不是帮她拿主意。

这样做有一大好处。

就是让孩子感觉到自己是自己的主人，能感受到来自父母的尊重。

当父母陈说利害后，她们会参考父母的意见，慎重地做出决定。

<<妈妈不说,女儿不懂>>

内容概要

现今的资讯爆炸社会，各类媒体网络上天天充斥着诱惑和危险。对于心理和生理都处于巨大变化中的十几岁女孩来说如何区分规避，让女儿学会直面青春期的种种问题就是每个妈妈的必修课。

本书用生动的事例为妈妈们深入剖析青春期女孩成长中会遇到的各类问题，并针对每个问题提出了简单易懂的指导性建议。

全书围绕女儿生活的各方各面展开，既有女孩成长中的生理、心理变化，也有学习、生活、社交、爱情等各种青春期女孩关注的敏感及隐私问题，还有对妈妈的相应指导。

能帮助女孩树立自信，享受人生中最美好的青春期，为将来成为优秀的女性打好基础。

<<妈妈不说,女儿不懂>>

作者简介

姚华，女，国家二级心理咨询师，女性教育问题专家。

曾任多家全球500强企业人力管理负责人，现兼任多家企业人力资源管理首席顾问，兼任多家大学学生心理辅导员。

任职多家心理咨询机构心理咨询师。

在孩子教育方面，提倡学习与能力培养并重，给予孩子充分的自主、尊

<<妈妈不说,女儿不懂>>

书籍目录

女儿经，自信的女孩最美
接纳并肯定自己
自信是美丽的绝佳后盾
恼人的身体变化
令人尴尬的“好朋友”
不需整容，你的完美独一无二
极端减肥不可取
个性不等于美
做有内涵的魅力女人
拒绝长大
学习，是学给自己的
有知识的女性才能独立
不求第一
不做考试的奴隶
天才不努力也要变成庸才
学习，是为自己学
学生时代最美好
发现孩子抄作业，要正确引导
没有人是天生的笨蛋
考得好不如嫁得好
如果你无法升学
基础礼仪，为美丽加分
打扮得体
笑容为美丽加分
待人处世要大方得体
有礼貌才会有气质
爱心，不可或缺
善良的人更快乐
公共场所保持安静
聆听是尊重他人的表现
批评他人要婉转
真心赞美他人
适当的幽默很重要
不要当众亲昵
与人相处，高EQ更能适合社会
宅，别宅成社交恐惧症
女性的友谊
有付出才会有收获
别拿喜怒无常当个性
不要故作成熟或幼稚
小心眼难伺候
乐于接受批评
与嫉妒和骄傲说再见
随便打断他人，不礼貌
恰当地表现自己

<<妈妈不说,女儿不懂>>

该拒绝时就拒绝
哭，不能解决问题
偏执不等于执著
生活，不要在好奇中迷失
坦然面对生死
当你被孤独感包围时该怎么办
远离抑郁症
文身，真的酷吗
抽烟不是酷的符号
不要在酒精中迷失
远离毒品
离家出走不可取
失眠，焦虑
如何让孩子正确对待好胜心
周围的人与我格格不入怎么办
金钱不是万能的
爱情，懂得自己懂得异性
和异性要保持一定的距离
女儿有了心仪的对象
中学阶段是不是一定要谈一次恋爱
一见钟情该怎样处理
追星，这不是爱
网恋，网恋
爱上男老师怎么办
真爱也会伤人
怎样对孩子进行性教育
守住你最后的底线
拒绝做未成年妈妈
不要为爱情放弃自我
对性骚扰说“不”
如果你被特殊关照
公交车上遇色狼
遭遇露阴癖
妈妈也要懂的事
尊重女儿的隐私
与女儿保持适度的距离
对孩子不要过于苛求

<<妈妈不说,女儿不懂>>

章节摘录

外表有缺陷很正常，毕竟天生丽质的人少之又少，但外表的缺陷可以通过内在气质的提升而改变。有的女性，外表很漂亮，也很会穿衣打扮，给人的第一印象特别好，但因为不自信，缺乏气质，接触久了，让人觉得越看越“丑”。

而另外一些女性，她们外表并不出彩，或许脸上有痘痘，或许身材有些臃肿，但因为她们深厚的学识，优雅的气质。

她们举手投足之间，都给人一种舒服的感觉。

跟她们在一起，你不仅不会觉得她们不漂亮，反而觉得她们很美。

这就是内在美与外在美的差别。

内在美能带来自信，有了自信就能接纳自己不完美的外表，不断提升自己的内涵，不断丰富自己的人生经历，努力塑造完美的人格魅力，使自己成为充满自信、健康、聪明的“美女”。

当然，自信并非是与生俱来的，自信也需要培养，尤其对于青春期的孩子来说，培养她们的自信更重要。

无条件接纳孩子的优点和缺点是培养孩子自信的前提条件。

她们本身虽然叛逆，但也不自信，当孩子出现种种不自信的表现时，父母要多鼓励，而不是批评和指责。

换牙后。

丹丹的牙齿很不整齐，于是，我带她去安装了牙套，刚开始带的时候，她特别不适应，周围同学都笑话她，她自己也很难过，但我告诉她，现在的“难看”正是为了日后的“好看”。

一段时间后，她也适应了。

两年后，牙套取下后，看着一口整齐的牙齿，她自己感到特别开心。

这件事，也让丹丹懂得，有时候经历一小段时间的痛苦会换来长时间的快乐，这让她找到了自信，找到了快乐，不仅生活上有了信心，对学习也热爱起来。

<<妈妈不说,女儿不懂>>

编辑推荐

《妈妈不说,女儿不懂:13岁后,妈妈要告诉女儿的那些事》:青春期女儿成长,妈妈是最好的老师,帮女儿树立自信,享受人生中最美好的青春期,成长为优秀的女性。

第一篇女儿经,自信的女孩最美,第二篇学习,是学给自己的,第三篇基础礼仪。

为美丽加分,第四篇与人相处,高EQ更能适应社会,第五篇生活,不要在好奇中迷失,第六篇爱情,懂得自己懂得异性,第七篇妈妈也要懂的事。

《妈妈不说,女儿不懂:13岁后,妈妈要告诉女儿的那些事》是作者在与青春期女儿的交流以及心理咨询中的心得与体会,用生动的事例以及家长内心的变化把青春期女孩生活中会遇到的问题及解决方法一一呈现给读者。

《妈妈不说,女儿不懂:13岁后,妈妈要告诉女儿的那些事》会帮助青春期的女孩树立自信,享受人生中最美好的时期。

《妈妈不说,女儿不懂:13岁后,妈妈要告诉女儿的那些事》在编写过程中,得到了月华、胖麦、乔乔、兰英、仔仔、一凡、东东、禾禾、照珍、晓晟、颖芳、蓉蓉、玉梅、丽英、志俊等人的热情帮助,在此一并致谢。

<<妈妈不说,女儿不懂>>

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>