

<<中国女孩心理成长枕边书>>

图书基本信息

书名：<<中国女孩心理成长枕边书>>

13位ISBN编号：9787512702868

10位ISBN编号：7512702868

出版时间：2011-9

出版时间：中国妇女

作者：沧浪//谢琳玉

页数：280

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>

<<中国女孩心理成长枕边书>>

前言

每一个女孩走在路上，都是别人的风景，但这不是女孩的生命价值所在！

只有生活在自己的风景中的女孩，才能找到自我的价值和幸福感！

著名的心理学家荣格遇到了一个女病人。

这位女病人说自己经常会做一个奇怪的梦，梦里只有一个简单的图像——正中间是一只类似于人的眼睛的形状，眼睛的两侧各有一条蛇，咬着眼睛的一边，向外拉扯，没完没了。

这个女病人常被这个奇怪的梦惊醒，感到焦虑不安。

荣格在经过认真检查和研究之后得出结论：这个女人的精神状态和神经心理都没有任何问题，她只是在“寻找精神的发展”。

这个梦预示着她有新的能力，可以看到内在自我的真相，可以焕发出超强的活力。

这是女性的一种超自然“潜能”，是一种心理趋向成熟的标志。

女性的内在，蕴藏着宛如宇宙般无穷无尽的巨大精神能量。

这种能量一旦被挖掘，就能超越家庭教育、学校教育带给她的影响，展现一种真、善、美的气场，一种宏大的包容力和圆融的处世能力。

大多数女孩在成长过程中，都会被打上褊狭的女性社会文化的烙印——不是只想做男性的依附者或者说花瓶，就是极力否定男权、否定女性柔软而善良的力量。

这两种褊狭的社会烙印都会给女孩子的一生制造或多或少的伤害。

第一种的结果是显而易见的，不能独立的女人一生很难获得长久的幸福；而第二种呢，对女孩子的伤害也非同小可，它常让女孩子赢了人生却输了自己。

那么，真正的女性自我到底是什么呢？

不是饼干、星星、糖果、粉红女郎，也不是“巾帼英雄”“女强人”，而是一种自然的自我意识，既以女性为美，又不以女性为限制，一种优雅与知性、智慧与果决相混搭的气质会自然流出。

只要你愿意，假以时日，每个女孩都可以修炼成迷人的气质。

一个最初满脑子是星星般亮晶晶的纯洁和浪漫的小女孩，要赢得丰富的内涵必须经过岁月的沉淀。

但只要你愿意充满信心地去提高和挖掘自己内心的能量，你就一定可以找到可行的途径或方法实现你所期待的惊人的改变。

无论你要的这种改变是形象上的美丽，还是能力上的提高，抑或是人际上的吸引力，又或者是心理上的幸福感。

这种内心的能量都能满足你的需求。

有这么神奇？

当然！

心理学家格申·考夫曼和列夫·拉斐尔曾经在《能量动力学》中这样说：“我们意识到内心和外部世界发生的事件，就会学会会有意识地生活。

建立有意识地自我发现机制，不但可以清晰地看到自己，看到自己所处的环境，还能看到包容自己的整个世界，这是一种由内而外爆发的能量延展。

是让一个普通人变成一个神人的神秘力量。

” 每一天，女孩都在设想着自己的人生图景，或壮丽的，或瑰美的。

不谙世事时，一心描绘的是一个美妙的水晶鞋的故事；年岁稍长，希望自己成为学习上的优胜者；青春期时，每天都在祈祷让自己成为美丽的使者；碧玉年华(16岁)后，又有了新的人生奋斗目标，那可能是专业方向也可能是新的学业目标……每一步的激情，都由一个希望点燃，每一个希望的实现，都借由激情和耐心来完成。

而这希望，这激情，这耐心，都来自内心的能量库。

我们都有这样的经验，对于喜欢、热爱的事物，我们会对它特别痴迷，渴望通过努力使自己达到某种境界。

在这样的心境下，我们不会感到努力是痛苦的，或者即使有痛苦，我们也有充足的自信去应付。

我们能拥有这样成熟的心态，是因为我们打开了自身能量库的一角，这个能量库给了我们不断提高的

<<中国女孩心理成长枕边书>>

力量。

作为女孩，要想获得幸福的一生，尤其要借助这个能量库。当我们只遵从内心的声音，就不会再受社会文化的感染，就不会再为了某个人或者某一群人“战斗”的目标而活，而是去发现自己的使命，用这个使命来规划只属于自己的未来——能让此生获得最大幸福感的未来。

这就是本书的写作缘起。

为了找到自己的使命，每个女孩都需要问自己两个问题——我是谁？

我此生要成为谁？

为了回答这两个问题，需要不断审视自己的心理，不断倾听内心的声音，不断寻找完善自己的方式。当你能够看到自我的真相时，你就能超越和克服自身不适应的痛苦，你会与整个世界融合，并从自己所在的任何一个整体里吸收能量。

亲爱的女孩，你不是弱者，但也不是一个圣斗士，你是一个拥有小宇宙的天使，你此生有不同于他人的使命，你有区别于常人的潜能。

发现使命，发掘能量，你就能成为世界上最美丽、最优秀、最幸福的女孩。

<<中国女孩心理成长枕边书>>

内容概要

作为女孩，要想获得幸福的一生，尤其要借助这个能量库。

当我们只遵从内心的声音，就不会再受社会文化的感染，就不会再为了某个人或者某一群人“战斗”的目标而活，而是去发现自己的使命，用这个使命来规划只属于自己的未来——能让此生获得最大幸福感的未来。

为了找到自己的使命，每个女孩都需要问自己两个问题——我是谁？

我此生要成为谁？

为了回答这两个问题，需要不断审视自己的心理，不断倾听内心的声音，不断寻找完善自己的方式。当你能够看到自我的真相时，你就能超越和克服自身不适应的痛苦，你会与整个世界融合，并从自己所在的任何一个整体里吸收能量。

亲爱的女孩，你不是弱者，但也不是一个圣斗士，你是一个拥有小宇宙的天使，你此生有不同于他人的使命，你有区别于常人的潜能。

发现使命，发掘能量，你就能成为世界上最美丽、最优秀、最幸福的女孩。

<<中国女孩心理成长枕边书>>

作者简介

具有较好学历背景的股东，以及在此背景下所支撑、带有些许幻想色彩的北京沧浪文化公司，于1997年成立了。

十几年来，在中国民营出版这个带有悲情色彩的阵地，北京沧浪文化发展有限公司一路风雨，一路泪伴欢笑地前行着，坚守着自己的初衷和理想，致力于图书策划与出版，践行着读书人的所固有的图书理念，出版着自己所希望和钟爱的图书，留下一串串清晰可见的足迹。

<<中国女孩心理成长枕边书>>

书籍目录

做一个优秀的女孩
每个女孩都是可人的精灵
我是这样的——天使私密小档案
女孩该怎样描绘自己的心灵地图
梦里走的路再多，也留不下一个脚印
杨澜给女孩的心灵“秘籍”
寻找幸福：看向已知、未知的自己
美丽——女孩的资本，女孩的痛
纯净的心灵才能塑造永恒的靓丽
有一种魅力，叫气度超群
女孩，活得真实才活得精彩
走出嫉妒沼泽，天高云阔
虚荣，那是一杯毒酒吗
尖刻，伤了别人也伤了自己
入静——寻找那个深不可测的自己
每天长大一点点
发表独立宣言：没有人能替你长大
不再有什么能摧毁我的信心
女孩的名字，不叫脆弱
我就是能管好我自己
胜利就是坚持到最后一秒
自己给自己安全感
你的责任感达到几度
时刻准备着，积累未来的资本
你可以拥有精彩的学校生活
“笨”女生到尖子生的转变
校园里的孤独女=黑夜里的鲜花
积极参加集体活动
同桌的你：你我那不散场的青春
在成长面前，老师也很敬畏
学习，拒绝三分钟热度
怎样调整学习中的疲惫
如何远离考试焦虑
长大总会有些小情绪
微笑的女孩最有魅力
好女孩懂得远离烦恼
不做那还泪的“黛玉”
愤怒会让你成为“魔女”
藏也藏不住的玫瑰心事，如何是好
青春期的偶像迷恋不是旋涡
没有一朵花会错过春天
有一种爱叫感恩
相处是一门学问
圈主：我是人气小女生
“小长舌妇”也是长舌妇哦

<<中国女孩心理成长枕边书>>

宽容朋友是境界，容纳对手是成熟
不要和陌生人谈话吗
给人幸福的女孩子最幸福
网友亦真亦幻哪关情
刻意迎合他人体验不到幸福
和妈妈才会聊起的敏感话题
平静对待异性的方法
初潮——从此女孩变成了女人
最羞涩的专辑：我们的性学堂
白带，伤不起
穿戴文胸的常识
学会呵护自己的身体
青春期保健我知道
女孩生活点点通
如何呵护那顺滑如丝的秀发
青春美丽“痘”，让我不美丽
营养与减肥，一个都不能少
怎样才能修炼完美的身材
吃也能吃出美丽来

<<中国女孩心理成长枕边书>>

章节摘录

版权页：插图：那个帅哥笑意依然，他问道：“我就是老板，你要买花吗？”

”弯弯一愣，没想到他居然就是老板。

弯弯定定神，眼睛故意不看他，非常高傲地说：“我觉得你们这个‘花满堂’的名字不好听，太俗气了，这不能吸引顾客。

”弯弯停了一秒钟，等着老板说话，但她从眼角余光瞄过去，发现他笑着在看她的脸，仿佛研究她，她有些发慌，连忙改了口气，说：“也许你有你自己的想法，但我觉得香榭花舍或者丝路花语会更好些。

”说完也不等老板回答，转身就走。

那个老板叫住了弯弯，递给了她一支漂亮的白玫瑰，说道：“谢谢你，这是答谢你的礼物。

”弯弯不好意思地推辞，老板却以坚定的口气告诉她：“因为你是我的第一个客人，而且你告诉我如何起名字能帮助我吸引顾客，所以，我相信你能给我带来好运。

我希望把你当成朋友。

”听老板这样一说，弯弯立刻释然，她一改刚才的莽撞和羞涩，大大方方坐下来，和帅哥老板聊天。从聊天中，弯弯得知，老板的名字叫刘宇，他有一个侄子叫刘强，也在弯弯所在的学校学习。

刘强？

弯弯太熟悉了，他是她们班的一个男生，长得人高马大，常常欺负女生，女生都是敢怒不敢言。

弯弯就不怕他，那天，刘强又欺负他的女生同桌，让她帮助他削铅笔，恰好被弯弯看见了。

弯弯把自己当成了女中豪杰，立刻大声斥责刘强：“你自己没长手啊，干吗动不动就欺负女生。

”刘强从来没有受过这个，他眼睛一瞪，喝道：“你敢惹我？”

”他的同桌被这个声音吓坏了，连忙说：“没事，我帮他削就是了。

”

<<中国女孩心理成长枕边书>>

编辑推荐

《中国女孩心理成长枕边书》：全国教育专家推荐，青少年心理、情感写真，青春期自我应对策略，青少年心灵成长读本。

一本和女孩内心世界紧密相连的书，一本随时为女孩成长破解困惑知谜题的书，一本可以让家长与女儿共读的书。

成长对于每一个女孩来说，都是那样的不可思议，就好比一粒种子慢慢地从土里伸出它那细长的茎，向着天空的方向长出叶子并开出自己的花朵来，在这一切的背后，藏着怎样的秘密和知识——即便是你的父母，也不一定能够完全告诉你。

成长是一件礼物，接受它；成长是一场冒险，挑战它；成长是一个谜团，解开它；成长是一场游戏，玩好它；成长是一道难题，解答它；成长是一次机遇，抓住它；成长是一项使命，完成它。

<<中国女孩心理成长枕边书>>

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:<http://www.tushu007.com>