

晋  
华  
文  
化

# 好性格

## 成就女孩一生

拥有好性格的女孩更幸福

girl

心灵成长版

李少聪◎编著

这里有近百个**正能量人物**的心灵成长故事

这里有女孩性格养成的**心理学知识**

这里有**好父母想跟女儿说的真心话**



中国工信出版集团



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

# 好性格成就女孩一生

(心灵成长版)

李少聪 编著

人民邮电出版社

北京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

好性格成就女孩一生：心灵成长版 / 李少聪编著

— 北京：人民邮电出版社，2016.1

ISBN 978-7-115-41276-8

I. ①好… II. ①李… III. ①女性—性格—青少年读物 IV. ①B848.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第298950号

## 内 容 提 要

女孩的性格对其人际关系、心态、职业选择、婚姻状态、事业成败等方面有着重大影响，因而会决定其一生的命运。性格的形成除了有遗传的因素，后天的培养也很重要。女孩从小就应克服性格中的劣势，发挥性格中的优势，进而主宰自己的命运，获得一生的幸福。

本书精心选取了诸多成功人士的故事以及与性格形成相关的心理学知识，告诉女孩子们如何培养独立、乐观、自信、豁达、坚韧等决定自身一生幸福的好性格。

本书适合所有渴望学有所成、生活幸福的少女们阅读参考，更是天下父母送给女儿们最有价值的成长礼物。

---

◆ 编 著 李少聪

责任编辑 王飞龙

执行编辑 谢舒婷

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

固安县铭成印刷有限公司印刷

◆ 开本：700×1000 1/16

印张：13.5

2016年1月第1版

字数：150千字

2016年1月河北第1次印刷

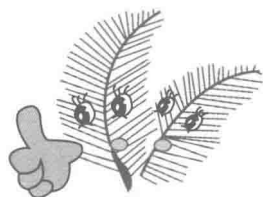
---

定 价：35.00 元

读者服务热线：(010) 81055656 印装质量热线：(010) 81055316

反盗版热线：(010) 81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第 0021 号



## 前 言

瑞士著名的心理学家荣格曾说过：“播下一种行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。”

女孩的性格将决定其一生的幸福。女孩从小就应克服性格中的劣势，发挥性格中的优势，进而主宰自己的命运，获得一生的幸福。

闫丘露薇是著名的电视记者，她曾作为巴格达地区唯一的一名华人女记者，在2003年伊拉克战场上进行现场报道，被誉为“战地玫瑰”，现就职于凤凰卫视。今天她身上的光环可谓炫目，这个光环不仅包含了她取得的夺目成绩，而且还包含了她面对艰难时的乐观、坦然和独立的性格。

闫丘露薇生于上海，四岁时父母离异，之后和奶奶一起生活，她很早就学会了自立自强。

在上海复旦大学学习期间，为了减轻奶奶的负担，她做钟点工挣钱，还在咖啡屋做服务员。当发现她竟然在这里端咖啡和饮料时，一些老师和同学们感到十分不可思议，认为她这样优秀的人，怎么能干这种伺候人的工作呢？她心里开始很不是滋味，但很快就坦然了，她觉得自己凭劳动挣钱，没什么丢人的。于是，她坚持去咖啡馆打工。

闫丘露薇没有因经济上的压力而变得自卑或怨天尤人，相反，她热衷于大学的各种运动，不仅学会了打网球，而且还做了学校音乐之夜节目的主持人。

毕业后，闫丘露薇在深圳帮助从国外回来的母亲经营公司，但最终



失败了，母亲又去了国外。闫丘露薇决定靠自己的能力谋求发展，她曾应聘一份推销汽水的工作，拎着汽水样品在街上叫卖。

闫丘露薇认为只有学习知识才能改变现状，因此她不断地学习，靠着坚强的毅力和拼搏精神一路奋斗着。她先是被一家著名的会计师事务所聘用；之后移居香港，在一家台湾电视台做编导。她一边拼命工作，一边拼命学习。

1997年，她跳槽到香港凤凰卫视。伊拉克战争打响后，闫丘露薇主动请缨来到前线，成为第一个进入伊拉克的华人战地女记者，并成为了伊拉克战场上的一朵耀眼的“战地玫瑰”。

有人评价闫丘露薇说：“她很能干，即使把她一个人扔在索马里，她也能好好地活着回来，还带来一堆好新闻……”

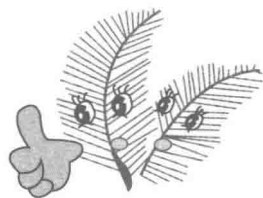
闫丘露薇就是这样一个人，她坚定乐观、自信独立，还有一点倔强，这样的好性格使她牢牢地将命运掌握在了自己的手中。

闫丘露薇的故事足以说明，良好的性格决定女孩一生的幸福！

本书将女孩应具备的好性格分为10类，告诉女孩如何培养独立、积极、乐观、自信、豁达、坚韧、善解人意、勇敢、博爱、自控和善于沟通的好性格，每节都精选了世界名人的经典成功故事，并且分析了其中隐含的心理学知识和哲理。

如今，女孩同男孩一样有着提升自己 and 获得成功的机会。未来的天下不只属于男孩，女孩一样可以去享受成功带来的喜悦感。所以，带着你细腻的心思去大胆尝试吧，别被困难吓倒，你一定会有不一样的收获！

在本书策划与创作过程中，作者得到了张恒、李尚芳子、李成坤、胡俊、丁修山、刘曼、刘冲、徐芳、王恩聪、聂振岗、刘悦、赵会会、金东东等人的帮助，在此向他们深表谢意，没有他们的积极参与，本书是很难面世的。



## 目 录

### 第一章 做自己——独立的性格成就非凡的气质

- 依赖只能把你变为别人的附属 /3
- 你就是你自己 /5
- 玛格丽特的主见 /7
- 不放弃自己的那颗痣 /10
- 清醒地认识自己，不被他人所影响 /12
- 走出自己的人生轨迹 /14
- 大胆追求自己想要的生活 /16
- 分享：女孩如何打造独立个性 /19

### 第二章 积极乐观——做个充满正能量的女孩

- 永远从积极的角度看待问题 /23
- 只洗今天的盘子 /25
- 孩子，你开错了窗户 /27
- “跑龙套”跑出的喜剧之王 /29
- 不要活在痛苦的回忆里 /32
- 根本不会失去的东西 /34
- 分享：女孩如何培养乐观的性格 /36



### 第三章 坚定信心——发现最好的自己

- 相信自己，你就是最棒的 /41
- 耳朵不大也能发财 /44
- 一个巴掌也能拍响 /47
- 与其羡慕他人，不如欣赏自己 /49
- 最优秀的就是你自己 /52
- 艾丽丝的蝴蝶结 /54
- 你本来就能做到 /56
- 女孩，要大胆地“秀”出自己 /59
- 分享：女孩如何培养自信心 /61

### 第四章 豁达不纠结——活泼开朗的女孩让人爱

- 当你为错误付出代价时，请学会原谅自己 /65
- 没有台词的“主角” /67
- 不要无限放大自己的悲伤 /69
- 走出自闭的牢笼 /72
- 我只看到我所拥有的 /74
- 女孩，不要那么敏感 /76
- 学会放手 /78
- 用幽默的方式表达异议 /80
- 分享：女孩如何培养豁达的性格 /81



## 第五章 不轻言放弃——坚韧的女孩才能站得比别人更高

- 换个角度，困难会帮到你，而不是打败你 /85
- 站起来，自强的女人更有魅力 /86
- 站直了，没有什么能真正打倒你 /89
- 理想永远不会“贬值” /92
- 人人面前都有一根杆 /94
- 分享：女孩如何培养坚韧的性格 /96

## 第六章 先理解别人——大气真诚的女孩最有亲和力

- 如何摘下天上的月亮 /101
- 失而复得的小提琴 /103
- 信任的力量 /105
- 她付给了盖茨一美元的报酬 /109
- 给别人一个体面的台阶 /111
- 真心能消除误会和偏见 /112
- 分享：女孩如何培养大气的性格 /115





## 第七章 有勇气——胆大果断的女孩将拥有灿烂的人生

- 女孩也要有一点野心 /119
- 尝试着去做，你会发现害怕是多余的 /121
- 怯懦无法让你得到属于自己的利益 /123
- “不可能”先生的葬礼 /126
- 唯一值得恐惧的是恐惧本身 /129
- 最难说的字 /131
- 在巅峰退隐，活出精彩的自己 /135
- 她注定要当总理 /138
- 分享：女孩如何培养勇敢的性格 /140

## 第八章 心中有爱——用自己的光去照亮世界

- 一把椅子的问候 /143
- 谢谢你的沉默 /144
- 宽恕的拯救 /146
- 懂得分享，才会快乐 /148
- 做一个优秀的引路人 /151
- 生活不会亏待善良的人 /153
- 慈善靠的不是钱，是心 /155
- 你需要为冷漠付费 /157
- 分享：女孩如何培养善良的性格 /159



## 第九章 有节制——能自控的女孩更容易成功

- 远离厌食症 /163
- 不因他人的批评而抓狂 /165
- 眼里要揉得下沙子 /167
- 你扣好扣子了吗 /168
- 我只写过一本书 /170
- 红舞鞋的诱惑 /172
- 学会等待 /173
- 不带一点怒气做事 /175
- 一只苍蝇的代价 /177
- 温和、直接的表达更有力 /179
- 谁吃了我的薯条 /181
- 学会控制自己的脾气 /183
- 分享：女孩如何培养自制的性格 /184

## 第十章 善沟通——做个处处受欢迎的女孩

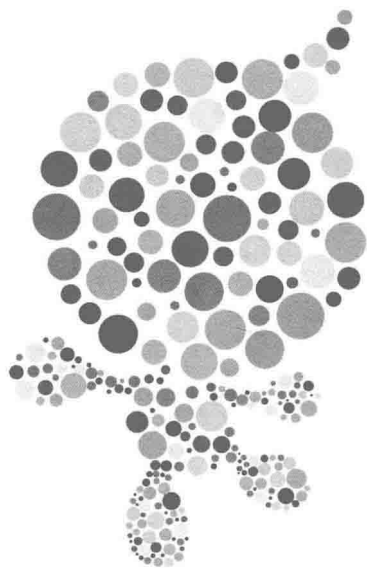
- 说话以礼为先 /189
- 礼貌带来机会 /191
- 改变一生的四个字 /193
- 学会对别人说“对不起” /195
- 轻松赶跑记者 /197
- 你的鞋带松了 /198
- 真诚最能打动人心 /200
- 夸奖对手的乔丹 /202
- 分享：女孩如何培养开朗善谈的性格 /204

## 参考文献 /205

# 第一章

做自己

——独立的性格成就非凡的气质







## ❁ 依赖只能把你变为别人的附属 ❁

王雪红是著名企业家王永庆最小的女儿，是一个含着金钥匙出生的女孩。但她却没有站在父亲的肩头摘取现成的果实，而是靠自己的努力构建起了自己的事业王国。

虽然衣食无忧，但她却没有选择过富贵的生活。父亲王永庆的家教是出了名的严格，王雪红的每一个兄弟姐妹都被父亲送到海外独自求学、生活，王雪红也不例外。

王雪红十几岁时被父亲送到了美国。她当时还不能很理智地接受一个人在异乡漂泊的事实，所以当觉得孤单苦闷的时候就会写信。当收到父亲从家乡寄来的回信时，她会激动得悄悄哭上几天，然后再写上满满几页的长信回寄给王永庆。

不过，王雪红并没有在信中描述生活的孤单苦闷，她更多的是向父亲请教解决问题的方法以及她在经济课上遇到的难题。王永庆会很积极地同女儿交流，告诉她一些能够受益终生的方法和心得。通过与父亲的交流，小小的王雪红开始变得坚强起来。

成年后，王雪红还会时常想起小时候父亲给他们讲的那个寓言故事。刚孵出来的小鸡很脆弱，没有办法吃下米粒。老母鸡就会把那些米粒弄碎了，然后再用口水润湿米粒，喂给刚孵出来的小鸡。可是，一旦小鸡长大，老母鸡就再也不会喂它们吃东西了。



王雪红离开父亲后，被现实磨炼得更加独立自主，在美国迅速地成长起来。

### 【心理知识】

生活中若总听到有人对你说：“你就像一个永远长不大的小女孩，总让人操心！”那么说明你已经有些过度依赖别人了。从严格意义上讲，依赖是一种心理上的缺陷，是缺乏自信的表现。

心理学家认为，幼年时父母的过度宠爱，往往会剥夺女孩们犯错误和改正错误的机会，从而也使她们失去了成长过程中磨炼的机会，以至于长大后生活自理能力很差。

比如，有些女孩总认为自己难以独立，时常祈求他人的帮助，处事优柔寡断，遇事希望父母或师长为自己作个决定，否则，她们就像断线的风筝，没有着落，茫然不知所措。

依赖别人就意味着放弃了对自我的主宰，这样往往不能形成独立的人格。当需要独立时，依赖性过强的女孩可能会在生活 and 工作中感到吃力，内心缺乏安全感，时常感到恐惧、焦虑。

要想活出自我、获得幸福，从现在开始，女孩就必须摒弃依赖他人的想法，培养并且增强自己的独立能力。

### 【女孩要懂的哲理】

年幼时，我们没有能力应对外界的挑战，依赖他人的帮助是我们唯一的选择，可是当有一天你长大成人，别人具备的生存能力你也已具备



时，就无需一味地依赖他人了。

想要什么，就要自己去争取、去努力，不要总是依赖别人。别人给你帮助时，你应问问自己，是否受之有愧？其实，靠自己努力获得想要的东西，才更有成就感。做一个独立的女孩，让自己的内心更强大吧！



## 你就是你自己



为了生存，以及凭借自己对电影事业的热爱，16岁的索菲亚·罗兰来到了罗马，想在这里进入电影界。没想到，第一次试镜就失败了，所有的摄影师都说她不够美，都抱怨她个子太高，臀部太宽，鼻子太长，嘴太大，下巴太小，根本不像一般的电影演员，更不像一个意大利式的演员。

没办法，电影制片人卡洛·庞蒂只好把她叫到办公室，建议她把臀部的肉减去一点儿，把鼻子缩短一点儿。一般情况下，许多演员都会言听计从。可是，小小年纪的罗兰却非常有勇气和主见，拒绝了对方的要求。

她说：“我当然知道我的外型跟已经成名的那些女演员颇有不同，她们都相貌出众，五官端正，而我却不是这样。说实在的，我的脸确实与众不同，但是我为什么要长得跟别人一样呢？我的脸毛病太多，但这些毛病加在一起反而会更有魅力！如果我的鼻子上有一个肿块，我会毫不犹豫地把它除掉。但是，说我的鼻子太长，那是毫无道理的，鼻子是脸庞的中心，它赋予脸庞性格，我就喜欢我的鼻子和脸保持它的原状。至于我的臀部，那是我的一部分，我只想保持我现在的样子，我什么也不



愿改变。”她决心不靠外貌而是靠自己内在的气质和精湛的演技来取胜。

罗兰的坚持使导演卡洛·庞蒂重新审视并真正认识了罗兰，继而开始了解并欣赏她。

罗兰没有对摄影师言听计从，没有为了迎合别人而放弃自己的个性，没有因为别人而丧失信心。正因如此，她才得以在电影中充分展示她与众不同的美。而且，她独特的外貌和热情、开朗的性格开始得到人们的认可。后来，她主演的电影《两个女人》获得了巨大的成功，并因此而荣获奥斯卡最佳女演员奖。

她成功了，那些关于她“鼻子长，嘴巴大，臀部宽”的异议自然就消失了，罗兰的这些体征反倒成了美女的标准。罗兰在20世纪行将结束时，被评为这个世纪“最美丽的女性”之一。

后来，索菲亚·罗兰在她的自传《生活和爱情》中这样写道：“自从影起，我就出于自然的本能，知道什么样的妆容、发型、衣服最适合我。我不模仿其他人，我从不像奴隶一样跟着时尚走，我只要求看上去像我自己……”

### 【心理知识】

一般来说，爱模仿是幼儿心理发展的特点，具体表现在独立性差，看见别人玩什么，自己也玩什么；看见别人有什么，自己也要什么；看见别人做什么，自己也跟着做。总之，周围的一切事物都可能成为他们模仿的对象。等到他们长大后，这种天生的模仿心理依然存在，而且再加上从众心理的影响，我们不仅会主动模仿别人，甚至会被别人影响。





因此，越来越多的女孩陷入了这样的怪圈，为了使自己看起来更完美一些，而去刻意地模仿那些自己认为完美的人。但是漂亮不是靠模仿来的，即便你模仿得很像，那也是别人的特质，而不是你的。所以，女孩应该珍惜自己拥有的一切，一味地模仿别人只会徒增烦恼。

盲目地模仿别人，必定会失去自我。表面上看起来这只是个人的性格问题，事实上它会给你的生活、事业套上无形的枷锁。因为你早已失去信心，失去了用自己的头脑思索问题并做出抉择的能力。

记住，生活本来就属于你自己，而且我们有着其他人不具备的天赋和能力，所以，我们完全没有必要去羡慕别人、去模仿别人。

### 【女孩要懂的哲理】

爱迪生曾说过：“羡慕就是无知，模仿就是自杀。无论好坏，你都必须保持本色。虽然广大的宇宙之间充满了好东西，可是除非你耕作那一块属于自己的田地，否则绝无好的收成。”

我们每个人都是独特的个体，要走出属于自己的轨迹。你可以模仿别人，但不可以盲目地模仿，更不能活在别人的影子里。你就是你，而不是别人的翻版。



### 玛格丽特的主见



玛格丽特·撒切尔夫人是英国历史上第一位女首相。她在重大的国际、国内问题上立场坚定、做事果断，被誉为世界政坛上的“铁娘子”。