



新一代知心姐姐 刷刷 作品

女孩成长
行为指南

专门写给

10-14岁女孩的
成长指南

超人绿女孩的 交往秘诀



刷刷 著

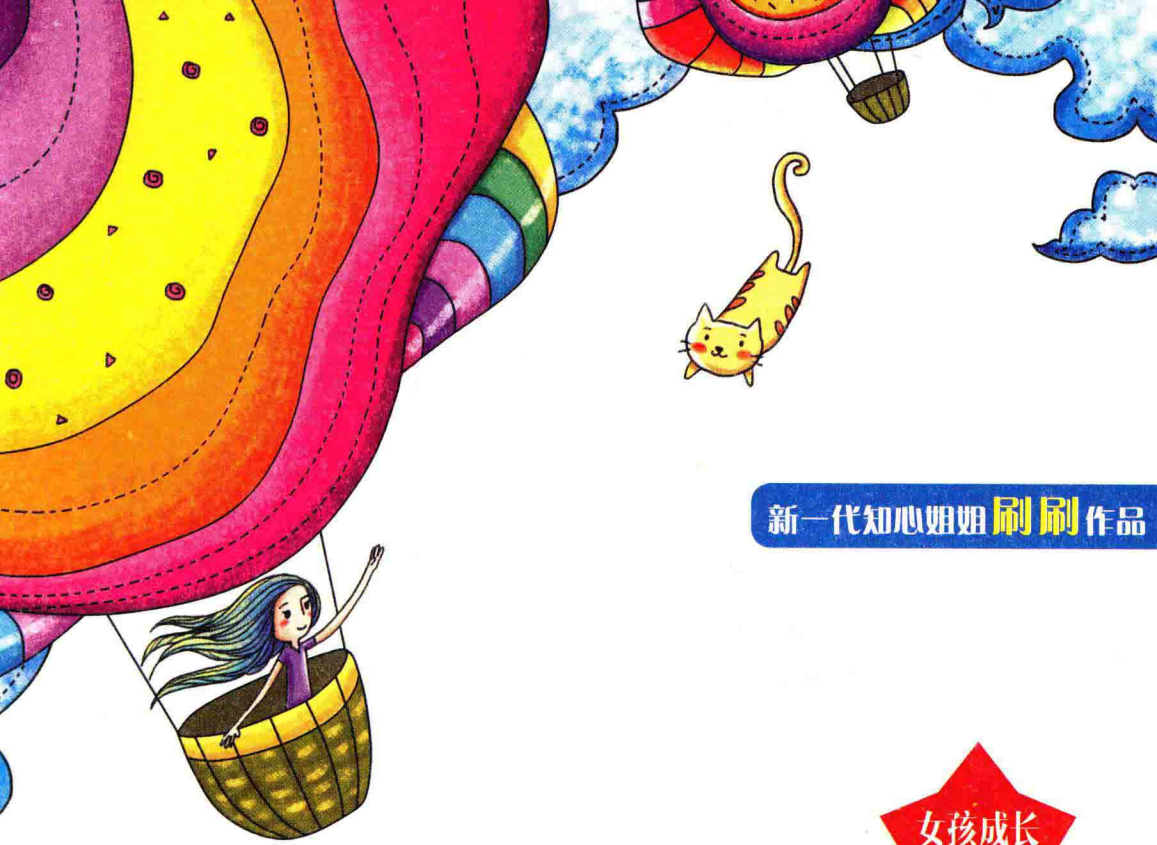
女孩的智慧宝典



CIS



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE



新一代知心姐姐**刷刷**作品

女孩成长
行为指南

超人绿女孩的 交往秘诀

刷刷·著

女孩的智慧宝典



CIS



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE



图书在版编目 (CIP) 数据

超人缘女孩的交往秘诀：女孩的智慧宝典 / 刷刷著
· 长沙：湖南少年儿童出版社，2015.7
(女孩成长行为指南)
ISBN 978-7-5562-0842-5

I. ①超… II. ①刷… III. ①女性—情商—青少年读物
②女性—防身术—青少年读物 IV. ① B842.6-49 ② G852.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 006094 号

Chao Renyuan Nühai De Jiaowang Mijue Nühai De Zhihui Baodian

超人缘女孩的交往秘诀：女孩的智慧宝典

总策划：欧阳沛

作者：刷刷

责任编辑：欧阳沛

质量总监：郑瑾

封面设计：曹思远

视觉设计：百愚文化

特约校对：百愚文化

出版人：胡坚

出版发行：湖南少年儿童出版社

地址：湖南省长沙市晚报大道 89 号 邮编：410016

电话：0731-82196340 82196334 (销售部) 82196313 (总编室)

传真：0731-82199308 (销售部) 82196330 (综合管理部)

经销：新华书店

常年法律顾问：北京市长安律师事务所长沙分所 张晓军律师

印制：长沙市精美彩色印刷有限公司

开本：710×960 1/16

字数：120 千字

印张：8

版次：2015 年 7 月第 1 版

印次：2015 年 7 月第 1 次印刷

定价：22.00 元

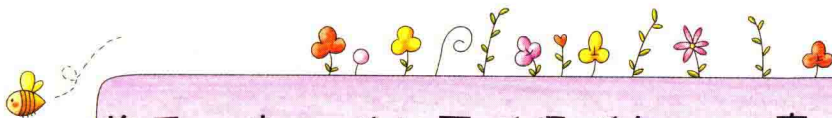
版权所有 侵权必究

服务电话：0731-82196362

质量服务承诺：若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题，可直接向本社调换。



序



尊重儿童的成长需求是成年人的责任

孙宏艳

和以往任何一代相比，这一代少年儿童的成长恐怕都更富有挑战性，他们生活在新媒体时代，面对多元的文化和价值观、生活方式，他们学习压力大，缺少朋友，生活环境中充满诱惑，甚至更容易被伤害。

保护少年儿童快乐成长是成人社会的责任，国家的发展与进步需要健康快乐的下一代。在这方面成年人可以达成共识，但往往陷入自说自话的尴尬。大人说的话孩子听不懂，大人做的事孩子不领情。产生这种状况，是因为我们很少站在孩子的角度看问题、想问题，没有真正成为儿童的大朋友。

保护儿童快乐成长，要特别尊重儿童的特点和需求，维护儿童的权利，要站在儿童的立场，思考儿童的问题。正如习近平主席所说，“每个人都是从孩子长大的”，因此我们要用孩子的视角看待儿童的生活，了解孩子们的烦恼，满足

孩子们的需求。习主席在六一儿童节“以大朋友的名义”向全国五十六个民族的小朋友祝贺节日，以身作则为成人世界提供了与儿童相处的范例，就是成年人要与孩子平等，要成为大朋友。唯有这样，我们才能真正了解儿童的需求，才能与儿童有共同的语言和共同的欢乐，才能更好地帮助儿童健康成长。

刷刷姐姐可谓小朋友的心灵密友，她长期和少年儿童接触，经常到孩子中间去，对少年儿童的心灵烦恼了解得细致入微。好朋友离开我怎么办？脚臭怎么办？被同学敲诈怎么办？想要名牌怎么办？遇到性骚扰怎么办？个子矮怎么办？爱吹牛怎么办？总想把同学的东西弄到手怎么办？……这些烦恼就是女生的“闺房密语”，刷刷姐姐仿佛一个大朋友，写给小朋友的每一个故事都那么恳切，那么有操作性，孩子们读了这些故事，就能找到对付烦恼的办法。

每次读刷刷姐姐写给小朋友的故事，都让我惊叹她如此了解小朋友的心思！现在我知道，刷刷姐姐是蹲下来和孩子做朋友的，满足儿童的成长需求、解除儿童的成长烦恼就是刷刷姐姐的梦想！



目录

第01节 善意的谎言是美丽的 002

为了安慰别人或保护别人，说一些充满情趣的、充满仁慈的、充满怜悯之心的谎言，不算是错，就让它们在生活中像七色花般，悄然绽放吧！

第02节 爱打抱不平的女生 013

面对突如其来的威胁，女生要做的首先是自我保护。

第03节 选择坚强 023

坚强，可以给人面对一切的勇气。女生更需要坚强，它是面对悲伤的最好武器。

第04节 抱怨与感恩 032

如果总是生活在抱怨与郁闷之中，那是因为自己总是对环境有这样或那样的不满，而看不到生活中快乐幸福的一面。

第05节 有同情心的女生更美丽 043

同情心既是一种高尚的情操，又是一种能力，一种与他人感情产生共鸣的能力。这种能力使女生快乐、可爱，让女生更容易得到别人的尊重和喜爱。

第06节 拯救“问题少女”

051

谁都不是天生的坏女生，所谓的坏女生只是需要更多的沟通和关爱。

第07节 捏出来的恶魔

062

虽说科技的进步产生了层出不穷的交流方式，但网络聊天的隐蔽性很强，很多女生的防备心理较弱，容易在交流中暴露自己的弱点，一不小心就招来了“大灰狼”。

第08节 走出电子书的世界

074

在想放弃的时候，告诉自己，朝前走；告诉自己，渡过难关，就能赢得胜利；告诉自己，网络之外的世界更精彩，更迷人，更有亲朋好友的关爱与支持。

第09节 矛盾中的生存技巧

082

在成长过程中，难免会遇到各种各样的矛盾……如何处理这些矛盾，考验着每一个人。学习水的智慧，懂得宽容与包容，懂得给别人台阶下，我们的路才能越走越宽。

第10节 一个人的公交车

094

作为女生，必须懂得保护自身的安全，如果受到侵犯，应立刻告诉父母或老师，并报警。

第11节 KTV 奇遇记

104

在成长的过程中，女生需要不断学习和总结，才能有一定的社会经验。所以，多学习，多听大人的忠告，才能抵制诱惑，不上当，不上当。

第12节 谁都会犯错

112

一个聪明的女生，表面看起来总是在自我否定，实际上她自信，能够在不断的反省中获取前进的力量，让自己变得更优秀。



女生不一定要漂亮，但一定要聪明。有智慧的女生，才是漂亮的女生。

成长中的女生，尚未全面接触社会，所以努力增加自己的智慧，形成自己特有的大格气派。

让自己能独立思考，不要消极事物迷惑，别让人欢喜你，是增加修养。





第01节 善意的谎言是美丽的

春风裹着泥土的芳香，从教室的窗户悄悄地溜进来。

教室里，琅琅的读书声吸引春的气息，让那股淡淡的暖意萦绕在教室中，令每一个同学感觉到春的步伐近了，更近了，春天就这么来了。

上完下午第二节课，校长通知全校进行大扫除。同学们立刻行动起来。扫地、抹桌子、擦黑板、擦玻璃……每个人都卖力地干活。

“静儿，你别动，让我来。”

安小静刚提起一大桶水，心梅忙不迭地走过来说。

“没事，我提得动，没那么娇气。”小静冲心梅笑笑。

“放着吧，我来！我正好要去水池，顺便替你把这桶脏水倒了。”

心梅不由分说地提起水桶就走了。

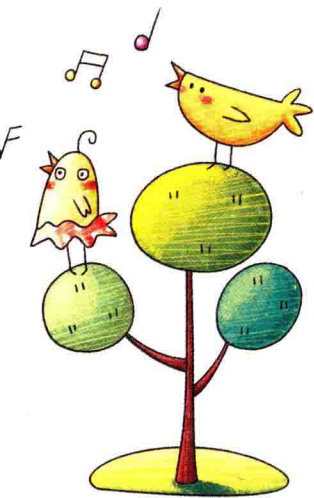
小静感激地说：“谢谢哦！”说完，她转身抓起拖把，帮拖地的同学拖地。

“呀——谁让你拖地的，别来抢我的活。你还是把拖把给我吧！”看到小静抓起拖把，丽丽立刻上去夺过来。

“你们怎么啥都不让我做呢？难道我不是班里的一员？今天既然是全校大扫除，我就应该和大家一起打扫卫生呀。”小静有些急了，说这些话的时候，心底十分委屈，

“我可不是懒惰的女生！”

“哈哈，别生气嘛！”劳动委员走过来，扶着小静的肩膀说，“谁不让你干活了？你想得倒美哦！我告诉你，





你有一项特别重要的活！”

“是什么？”小静的脸上露出了笑容。

“你负责检查，如果让周老师挑出毛病，咱们可得重新打扫教室哦。”劳动委员说着，就把小静拉到窗户边，“来来来，先好好检查咱班的玻璃是不是一尘不染！”

“好——吧，我听你的安排。”小静睁大眼睛，仔仔细细地检查教室里的每一个角落。如果发现哪儿不干净，她使用抹布擦干净。

看着小静认真的模样，劳动委员迅速转过身，用手背擦了擦眼角将滚下的泪珠。

全班同学都守着一个天大的秘密，一个唯独小静不知道的秘密。大家之所以对她如此照顾，是因为一个月前，她生了一场病，在医院被查出腿上长了一个肿瘤。

当班主任把这个消息告诉大家后，班长第一个站起来说：“这事绝不能告诉小静！从现在开始，她是我们班的重点保护对象！”

“嗯！”大家齐刷刷地点头，心底发出同一个声音：希望小静能早日恢复健康，千万不要应了医生的预言——截肢。

后来，大家得知小静家并不富裕。为了给小静筹集治病的钱，在周末，班长悄悄带着一些同学去市中心募集资金。

这些事儿，大家已达成共识，任何人都不能泄露。

医生说，小静不能太劳累，大家便小心地呵护她；医生说，小静要保持愉快的心情，大家便设法逗她开心；医生说，小静要补充营养，中午吃饭的时候，总有同学借口“减肥”，将自己碗里的肉和蛋塞给小静……

同学们格外细心的呵护让小静惴惴不安，也让小静有种不好的预感。

大扫除结束后，小静、心梅和丽丽并肩回家。路上，小静忐忑不安地说：“自从上次从医院回来，我经常觉得腿疼得厉害。你们说，我的腿会不会有毛病了？我现在每走一步，都疼得钻心。瞧——膝盖边居然鼓起了一个大包！”

心梅和丽丽的脸上闪过一丝惊

讶，紧接着，她们努力让自己看起来平静又坦然。

“吓吓吓，你怎么乱说话？腿疼还不是因为你走路走多了。我还腿疼呢！”心梅说到这，便弯腰敲打自己的膝盖，“哎……听说长个子的時候，腿会疼！丽丽，你说，对吗？”

“对对对！”丽丽忙点头说，“我妈妈说了，长个子的時候，骨头要拉长，当然得疼！”丽丽说得有凭有据，小静原本担心的脸上露出了一个放心的笑容：“真的吗，你们的腿也会疼？太好了！这下我安心了！哎，最近这腿老疼，害我写作业的时候都坐不住呢！”

“坐不住的话，你就起来动动，或者在床上躺一会！”心梅和丽丽异口同声地劝小静，“你呀，平时不要总学个没完没了，要多休息，记住：功课虽然重要，但必须注意你的身体……”

“我的身体？”小静突然觉得她们对自己的身体的关心超过了一定的程度，她忍不住追问，“我的身体是不是有问题？你们是不是有什么话不肯告诉我？”

“没有，没有！”心梅和丽丽用力地摇头说，

“我们的意思是，意思是……我们仨都要注意身



体！身体是学习的本钱，对不对？”

“哦——”小静看心梅和丽丽如此说，又问，“你们没瞒着我什么吗？”

“瞒你什么啊？你个臭丫头，是不是我们的好朋友？是好朋友就不要疑神疑鬼！”心梅说完，在小静头上敲了一下，“好了，好了，小脑袋别胡思乱想！今天的作业很多，我们快回家写作业吧！”

回到家后，小静发现爸爸和妈妈正一脸愁容地坐在客厅。

“出什么事儿了？”小静惴惴不安地看着妈妈，妈妈的眼睛通红，显然她哭过了。可是看到小静，妈妈忙挤出一丝勉强的笑容，说：“没事儿，没事儿！”然后跑过来，接下小静的书包，“小静，累了吧？来——先喝点鸡汤，再写作业，好吗？”

“哦——”小静点点头说，“最近怎么总给我开小灶？我快吃成小胖猪了！”

“你怎么吃都不会变成小胖猪的！”爸爸在小静的小脸上轻轻地拧了一下，“你吃这么多，怎么没长肉呢？哎，还得多吃些哦！”

喝了鸡汤，小静回屋写作业。关上门后，她坐在书桌边，客厅传来爸爸和妈妈的对话：“怎么办？二十多万的费用还差十几万呢，我们找谁借？”

“不行——不行我再找一份兼职！无论如何都要救小静！”尽管爸爸的声音压得很低，可小静仍听得一清二楚。

“我一定得了什么病！”小静听到这些话，眼泪吧嗒吧嗒掉下来。她想：老师、同学、爸爸妈妈都不肯告诉自己真相，他们用善意的谎言隐瞒着什么？小静真想冲出屋问爸爸和妈妈自己到底怎么了，可是她忍住了。她对自己说：既然大家用善意的谎言骗我，我为什么要戳穿，让他们的善意变得尴尬呢？想到这，她抓起笔，对自己说：我要做一个当作什么都不知道的女生！我要和以前一样，该怎么学习、怎么生活，就怎么学习、怎么生活。这么一想，小静原本紧张、不安的心反而沉



静下来了。

几天后，小静又被爸爸和妈妈带进了医院。尽管手术费不够，但是医生决定先给小静安排手术。毕竟肿瘤这东西，早一天离开身体，会更有利于身体健康。

“你们听说了吗？小静的手术费还不够！”从班主任口中得知这个消息后，心梅决定带头捐款，“这是我捐给小静的手术费！”啪！她掏出一千块钱说：“这是我积攒的压岁钱！”

“我也捐！”“我也捐！”“我明天带钱来！”大家围着心梅嚷嚷。

当小静躺在手术室的时候，她不知道，她的同学、她的班级、她的学校正在为她捐款。

当大大小小的钞票塞进捐款箱，当每一个人在心底祈祷“小静早日恢复健康”的时候，病魔一定胆怯了，一定害怕了。手术结束后，医生兴奋地告诉小静的爸爸和妈妈：“她的病还有救！她的腿能保住！”





小静在医院进行后续治疗的时候，心梅、丽丽和班主任带着一大堆钱走进了医院。

当治疗费全部缴清后，小静的爸爸和妈妈感激地拉着班主任的手，半天没说出话。

“小静，加油！有我们在，你一定能恢复健康！”心梅和丽丽一左一右地握着

小静的手。在她们鼓励的目光中，小静畅快地大哭了一场。

她哭不是因为自己生病，而是因为自己太幸运、太幸福。

每天放学后，心梅和丽丽轮流去医院给小静送课堂笔记和家庭作业本。尽管小静还在康复中，但是小静决定不落下一点儿功课。她学得更刻苦，更勤奋了。

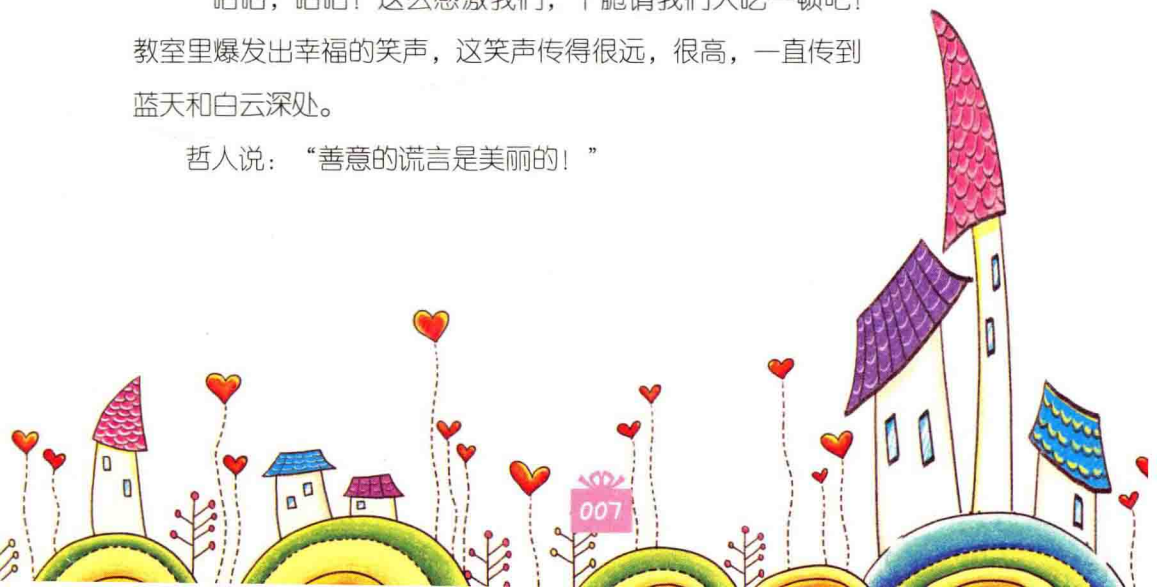
两个月后，小静得到医生的允许，出院了。尽管之后还要治疗一段时间，但是看着灿烂的太阳和瓦蓝的天空，小静相信自己的未来一定是美好的。

期末考试，小静考了全班第一名。

“真不愧是学霸呀！生病也能考全班第一！”大家为小静欢呼，小静则感激地拉着同学们的手，由衷地说：“如果没有你们，我怎么会有今天？”

“哈哈，哈哈！这么感激我们，干脆请我们大吃一顿吧！”教室里爆发出幸福的笑声，这笑声传得很远，很高，一直传到蓝天和白云深处。

哲人说：“善意的谎言是美丽的！”





土豆哥哥的话

善意的谎言是美丽的



谎言通常是以欺骗为目的的，但有一种谎言是以拯救为目的的，它的名字叫“善意的谎言”。

一个寒冷的夜晚，鲁兹太太正打算关上她的零售店店门，突然，有个年轻人闯了进来，递上 50 美元，说要一份热狗和一杯牛奶。

在接过那张钞票的一瞬间，鲁兹太太就断定那是张假钞。她瞟了年轻人一眼，年轻人低垂着头，一副穷困潦倒的模样。鲁兹太太不动声色地问道：“能换一张吗？”

年轻人开始紧张慌乱起来，头垂得更低了，他嗫嚅了半天，说：“没有，太太，我……我很想要一份热狗和一杯牛奶，我一整天没有吃东西。”鲁兹太太觉得这是一个还没有完全丧失羞耻感的年轻人，对于这样的年轻人，也许食物的温暖远比一声呵斥更有震撼力。想到这儿，鲁兹太太不再迟疑，马上给他所需要的食物并找给他 30 美元。

在年轻人转身离开的当口，鲁兹太太忽然大叫一声，手捂着胸口踉跄几下后，倒在了年轻人面前。年轻人吓坏了，赶紧上前扶着鲁兹太太。

“快！”鲁兹太太把那 50 美元的假钞塞到年轻人手里，“到对面的



诊所买药，就说鲁兹太太病了。”

年轻人走后，鲁兹太太麻利地抓起电话，打到那个诊所——那是她弟弟开的诊所。鲁兹太太在电话里说：“如果有个年轻人给我买药，给他30美元以下的药。注意，他手里有一张50美元的假钞。”

放下电话，鲁兹太太默默地祷告着，心想：如果他真是个富有爱心和责任感的年轻人，他就一定会回来。一会儿后，诊所的电话打过来了，电话那头告诉鲁兹太太，年轻人已经拿着药走了，他没有用50美元的假钞。鲁兹太太长吁了一口气，庆幸自己没有看走眼。

那个夜晚，年轻人不离左右地陪伴着“病中”的鲁兹太太。天亮后，鲁兹太太感激年轻人“救”了自己，竭力挽留要离开的年轻人，请他帮忙照看零售店。

几年过去了，那个小店变成了超市，超市又有了子超市……那个年轻人就是在美国靠零售业发迹的怀特。

在那个寒冷的夜晚，鲁兹太太用善意的谎言，让怀特不失自尊地接受了她的帮助。

善意的谎言是美丽的，这种谎言没有居心叵测，没有坑蒙拐骗。这种谎言是我们为了给予他人一丝希望和幸福，而耍的一种小把戏。请把这种谎言理解为：尊敬、宽容、帮助和机会。因为它不但没有丝毫伤害和恶意，而且可能还会产生出一股不可思议的爱的魔力。

善意的谎言是出于美好愿望的谎言，是信念的原动力。它让人燃起希望之火，也让人确信世界上有爱、有感动！



学会说善意的谎言

很多人读过美国短篇小说《最后一片叶子》，当生病的老人望着衰落凋零的树叶而凄凉绝望时，充满爱心的画家用精心勾画的一片绿叶去装饰那棵干枯的生命之树，从而维持即将熄灭的生命之光。读完之后，眼睛总是湿湿的。

父母一句善意的谎言，让涉世不深的孩童脸若鲜花，灿烂生辉；老师一句善意的谎言，让彷徨的学子不再困惑，更好地成长；医生一句善意的谎言，让恐惧的病人由绝望走向新生……

“谎言”之所以称为“谎言”，是因为它是虚假的、不真实的、骗人的。一个人如果经常说谎，总是哄骗他人，久而久之，就会失去人们的信任。就如同《狼来了》中的那个孩子一样，每天都喊“狼来了”以寻求刺激、开心，当狼真的来了，他只有独自去面对，去承受，再怎么喊叫也无济于事，也不会有人再来帮助他，因为人们已经不相信他的话了。学会“说谎”，当然不是说这样的谎言。

女生要学会利用善意的谎言去安慰别人，帮助别人，会说善意的谎言的女生，心中是有爱的。