

二十几岁小美女 成长经

全欧洲最畅销的女孩风尚手册

[法]索妮雅·菲查克◎著

[法]卡黛儿◎绘

陈太乙 戴枚◎译

连续8年畅销欧洲，法国女孩人手一册

L'Encyclo des filles

少女到轻熟女的必备成长宝典

法国总统夫人卡拉·布吕尼 著名影星苏菲·玛索
欧美权威时尚杂志ELLE HARPERS & QUEEN
VOGUE鼎力推荐

陕西师范大学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

二十几岁小美女成长经 / (法) 菲查克著, 陈太乙、戴枚译. —西安: 陕西师范大学出版社, 2008.11

ISBN 978-7-5613-4520-7

I. 二… II. ①菲…②陈…③戴… III. 女性—修养—通俗读物

IV. B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第159713号

著作权合同登记号: 陕版出图字25-2008-073

L'Encyclo des filles by Sonia Feertchak

Copyright © Plon, 2007

图书代号: SK8N0983

上架建议: 女性读物·励志

二十几岁小美女成长经

(法) 索妮雅·菲查克 著

(法) 卡黛儿 绘

陈太乙 戴枚 译

责任编辑/冷湖 特约编辑/刘丹 柳絮恒 封面设计/金丹 版式设计/利锐

出版发行/陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大120信箱 邮编/710062)

印刷/北京京都六环印刷厂

开本 1/16 字数/250千字 印张/18.5

版次/2008年12月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-5613-4520-7

定价: 39.80元

二十几岁小美女 成长经

全欧洲最畅销的女孩风尚手册

[法]索妮雅·菲查克/著 陈太乙 戴枚/译 [法]卡黛儿/绘

L'ENCYCLO DES FILLES

关于本书

你想成为一名独一无二的绝佳女孩吗？

女孩，翻开本书，我们将教你欧洲当今最流行的轻熟女养成私房秘诀。

两百多个与女孩紧密相关的话题，有时尚美丽的诀窍，有身心健康的细节，有生活上的实用技巧，有人生基本问题，也有一点点哲学，有让人悲伤或快乐的事，有关于爱情和性方面的事，另外还有家庭和事业，男朋友和女朋友……总之，所有与你切身相关的话题，都是本书想网罗的题材。作者仿佛一个亲爱的闺蜜，用生动幽默的语言，娓娓讲述变身时尚、得体的轻熟女的各种技巧。让你在愉快的阅读氛围中，轻松掌握这一切！

所有内外兼修的话题都能在此书找到解答。系统地应用本书教给你的各种实用技巧，从内到外，彻底地改变你自己，让你成为一名独一无二的绝佳女孩！

幽默且诗意的插图

本书所有插图都是由法国著名插画家卡黛儿所绘，风格既幽默又富有诗意，是欧洲最新流行的风格，为本书做了最精彩的图像诠释。

趣味知识小PS

这些知识小补充对话题进行发散式的说明，能给你带来有益的小知识、小趣味，有时还能带给你一些小惊喜。

漂亮的双手是保养出来的

你肯定认为，看手相是一种迷信吧？其实，从某种意义上说，“看手相”并非毫无根据，人的双手是会说话的。因为，过去，百分之九十九的人都要用双手劳动。比起身体其他部位，双手的状态、清洁或变形情况，是可以透露很多信息的。如今，时代变了，但我们仍然需要依靠双手来接触世界——购物、运动、进食、抚摩、书写等，双手的作用真是太多了。

所以，我们应该维持双手的美丽。关于美体的那条金科玉律同样适用于万能的双手——没有丑手，只有没被好好保养的手。手部保养并不复杂，花费又少，只需要保持规律，持之以恆就可以了。

保养双手，你需要的基本工具是：一把尖头磨指甲刀，方便剔除指甲缝里的脏污；一把小刷子加上香皂，确保指甲清洗干净；指甲刀和磨指甲片，可用来修剪出你想要的形状，手部保养靠让你的肌肤柔嫩。如果你是完美主义者，还可以增添软化乳液，柔软指甲边的硬皮，再用钝刀推去软化了的皮屑，使指甲看起来比较大片，再涂上透明或粉红色的指甲油（那就还需要去指甲油的亮光水）。同样，这些手部的保养小技巧也可以用在脚上哦！

保养指甲的三种方法

准备一盆热肥皂水，将双手伸进去，浸泡五分钟。然后将十只手指头分别涂上软化乳液，用棉签直接推去指甲边的死皮。然后，将指甲修剪整齐。

如果你的手指又细又长，指甲可以留得长一点；但如果你的手指有点粗，粗短的指甲反而最能凸显手部的线条。修整指甲边缘，让它们看起来光滑有型。把双手浸入肥皂水中，仔细刷洗，用清水冲干净，然后小心擦干。如果指甲看起来还不够白，再用磨指甲的尖端把细小的污垢剔除，最后涂上护手霜，顺便按摩一下每一根手指头。

你还可以用指甲刀把指甲周围的硬皮清除干净。然后，要不上指甲油，就贴你了。但别忘了，若指甲油已出现斑剥，就要赶紧去除。否则看起来会很恐怖！

“悦读”新体验

欧洲最新流行的版式风格，全彩四色印刷，精彩纷呈的内容，给你带来前所未有的“悦读”新体验！

如何应对因陌生而产生的害怕情绪

这种情况在你身上发生过吧：一个人在国外待一年，或在堂表兄妹家度几个月假。你离开自己的家一段时间，感觉很不舒服。是的，离开自己家的确实会引发一大堆压力，你感到很多不适，并隐隐有说不出的焦虑。该怎么办应对这种情况？

极度焦虑的“解药”

为了找出令你焦虑的原因，请尝试一下这种方法：如果你因为害怕错过火车而感到异常焦虑，那么你可以找个记事本仔细记下所有你可能需要的信息：出发和到达的时间，站台号，检票口的位置等。尽管你不会用到所有你写下来的信息，但是充分的准备工作，还是会令你解除焦虑，更加安心的。

恐怖的“陌生”

通常，陌生的事物总是会令人感到恐惧的。面对一个陌生人时，你会想到所有可能发生在你身上的不幸。但其实，你忽略了周末或这个假期将会带给你多么美妙的经历！是的，你太过紧张了。放松下来吧，世界这么大，总有我们不认识的人和不熟悉的环境。就把它们当成路边的风景吧，没有什么大不了的。这样，你就会好过多了。

培养“熟悉”

为了使自己少受折磨，顺利地旅行，请在如下方面做好准备工作：行程表，地图，地址和电话号码，手机充电电池，收拾整齐的箱包等。你一定会发现离开的时候压力减轻了很多。



潮女话题解码

欧洲最新流行的与女孩切身相关的时尚话题，囊括流行时尚话题的方方面面，将其“一网打尽”。全书共有时尚话题210个。

多角度的话题之旅

将时尚话题可能涉及的方方面面都给予充分全面的解答。这样的解答，可以使读者对话题有更明晰、更有条理的认识。

最IN实用小妙招

作者用生动幽默的文笔，让你在愉快的阅读氛围里，轻松掌握实用的自我养成诀窍。更简易，更有效！

作者序

致亲爱的读者

亲爱的女孩，你们好：

通过这本书，我试着回答一些问题，即一个年轻女孩转变为成熟女性时会提出的各种疑问，而你，应该就是这样一个女孩吧！

翻开这本书，你会发现许多主题都讨论到了，有生活上的实用技巧，有人生基本问题，有科学上的疑难杂症，也有一点点哲学，有让人悲伤或快乐的事，关于爱情和性方面的事，另外还有家庭和学业，男朋友和女朋友……总而言之，所有与你切身有关的事，都是这本书想网罗的题材。

你可以根据自己的喜好、生活的方式、攻读的科系或年纪，随时阅读相关的词条。有些主题是你比较感兴趣的。当然，一定也有些是与现在的你毫不相干的——或许有一天会与你有关，也或许永远跟你无关。就让每个人从这本书里找寻适合自己的部分吧！关于这一点，我必须先告诉某些年纪还小的美眉们：你们可能会想从姐姐或“老”表姐的书里找信息，而在这本百科全书里，有些关于“大女孩”的主题，等你们再长大一些，一定会有足够的时间去慢慢发掘。

为了尽我的全力来解答你的问题，我拜访过许多医生、教授、心理学家和各种其他方面的专家。有时候我会听从他们的建议，有时候则完全不理。然后呢，我也花很多时间和很多看过我的书的女孩们沟通，从中得到鼓励和批评。现在我依旧在这么做。在插图方面，我属意卡黛儿，因为她的笔触既风趣又富有诗意，这可不常见哦！

最后，请记住，所有问题我都会去解答，但是有时候必须多花一点儿时间。

祝阅读愉快！

索妮雅



CONTENTS 目录

作者序 /4

心理测验集 /9

时尚风格大展示

学院风/21 Bo-bo风/22 哥特风/23 洛丽塔风/24 公主风/25
自然风/26 运动风/27 知性风/28 说唱风/29 艺术家风/30
明星风/31 中性风/32 异族风/33 摇滚朋克风/34
性感风/35 优雅风/36



一 你不可不知的时尚“美丽经”

她为什么这么骚包? /38 谁说戴牙套不可以美丽? /40 打扮自己并不难/41
青春痘, 走开/42 日光浴是怎么回事? /44 享受日光浴/45
你不喜欢自己的头发? /46 保养与呵护秀发/48 整形手术/50
美人痣/51 巧穿丝袜, 性感又优雅/52 清爽, 从早晨开始! /53
你觉得自己太胖? /54 你觉得自己太瘦? /55 个人卫生要牢记/56
女性卫生/57 天生丽质难自弃/58 找到你的最佳外型/59
漂亮的双手是保养出来的/60 你需要化妆吗? /61 化妆轻松上手/62
镜子, 照你千遍也不厌倦/63 我怎么这么丑? /64 该不该追求流行时尚? /66
身体的气味/68 芳香之旅/69 你太矮了? /70 你太高了? /71
美容用品的保存/72 眉毛的修整/73 跟高跟鞋亲密接触/74
美腹运动/75 眼镜有型/76 你想像模特儿般完美? /77
减肥, 一二三/79 多吃进营养/80 微笑是脸部重要的饰品/81
穿合适的内衣/82 刺青和穿环/83 让你双唇更诱人/84
化妆包是美丽的承诺/85 怎样选择牛仔裤? /86 学学美腿的小花招/87
鼻子的烦恼/88 清洗污斑的小窍门/90

二 气质内涵是这样炼成的

- 建造友谊城堡/92 你是“高材生”？/93 互联网守则/94
拥有个人私密空间/95 轻松写日记/96 少女杂志知多少/97
选哪一个职业好？/98 模仿中找自己的风格/99 文字用处何在？/100
培养组织能力/101 关于歌唱/102 唱歌的小诀窍/103 阅读能增加你的内涵/104



三 上品佳人的爱情私房秘诀

- 解读一见钟情/106 他爱我吗？/107 男女间的友谊/108
当爱来临/109 搞定远距离恋爱/110 法式接吻大揭秘/111
你是同性恋吗？/112 不忠、出轨的处理方法/114
“我爱你”这样说/116 情书的修炼技巧/117 虚无缥缈的白马王子/118
主动分手/119 面对失恋/120 珍视你的罗曼蒂克/121
二人世界需要恒久耕耘/122 不计代价取悦别人不可取/124 诱惑男孩很简单/125
跟男生“出去”/126 学一学爱的语言/127



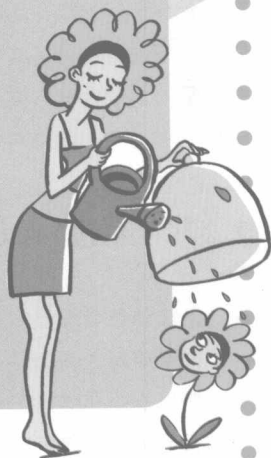
四 生活需要优雅地过

- 你不敢当众跳舞？/130 派对准备须知/131 派对准备行程表/132
参加派对的打扮方案/134 吃零食，小心身材！/136
吃零食，小心你的牙齿！/137 找到自己的幽默/138 来听音乐/140
打工须知/142 听广播的注意事项/144 疯狂大笑的尴尬/145 快乐做运动/146
打电话的注意事项/148 看电视的时间表/150 度假计划书/151
找到最适合你的品牌/152 睡衣大聚会/153 保养好你的包包/154
布置一个温馨的房间/156 加入或创建一个俱乐部/158



五 我的身体我在乎

多吃各种食物但不过量/160 让牙齿长久健康/162 喜爱你自己的身体/163
脸部皮肤的清洁工程/165 皮肤的滋润与保湿/166 改善膳食,改善肌肤/168
看妇科,不可怕/169 为什么有白带?/170 毛发长在屁屁上/171
毛发长在胸部/172 体毛大作战/173 漂淡体毛/174
剃刀和除毛霜的使用/175 拔毛的技巧/176
永久除毛,彻底bye-bye/177 面对残障/178
胸部不够大?/179 胸部太大了?/180 如何使用卫生棉?/181
远离厌食症/182 小心贪食症/184 声音练习/186
如何才能睡得香?/187 脊背,请挺起来/188
怎么吃最健康?/189 一定要吃早餐/190 脚部护理不松懈/191
如何才能精力充沛?/192 这么做,你就不会怕冷了/193
如何消除疲惫的感觉?/194



六 轻轻松松认识“性”

身体爱情/196 与身体爱情相关的问题/197 重要的初体验/199
如何有效避孕?/201 欲望、兴奋是怎么回事/202 性幻想并不可怕/203
一个小生命的诞生历程/204 堕胎,你需要注意些什么/205 性病重在预防/206
远离艾滋病/208 常见的传染性性病/209 自我安慰很正常/210
避孕药的使用方法/211 事后避孕药/212 鱼水之欢/213 安全套一定要戴/214
认识你最私密的部位/215 贞洁是你的自由/216



七 烦恼魔障全走开

成长的烦恼/218 了解自残/219 度过沮丧坏心情/220
害羞的女孩/221 假如你爱比较/222 摒弃自卑情结/223

信心是一种强大的力量/224 了解忧郁症/225 有点烦恼其实挺好的/226
 羡慕渴望一点点就好/227 在侮辱中保护自己/228 难免的嫉妒/229
 如何消除紧张的情绪/230 莫名的恐惧/231 想哭就哭/232 受欢迎并不难/233
 什么时候该看心理医生? /234 脸红了怎么办? /235
 情绪起伏就任它漂流/236 神经敏感/237 孤独时刻/238 摒弃自杀的念头/239
 大男子主义/240 与父母发生争执/241 如何对待不公平和不公正? /242
 如何面对边缘化/243 身体的小缺点/244 如何才能保持冷静/246
 了解自己的性格/247 假如你想要完美/248 如何应对因陌生而产生的害怕情绪/249
 面对偏爱, 怎么办? /250 青春的分离/251 假如你不喜欢自己的名字/252

八 家庭永远是你的依靠

怎么处理与继母的关系/254 怎么处理与继父的关系/255 你是家庭的一分子/256
 兄弟姐妹之间/257 跟母亲感情好像死党/258 不通情理的老妈/259
 听见妈妈和继父在“嘿咻” /260 爸爸和以前不一样了/261
 父母离异, 你有应对措施/262 堂(表)兄弟姐妹/263
 亲爱的闺蜜/264 你是双胞胎的一员/266



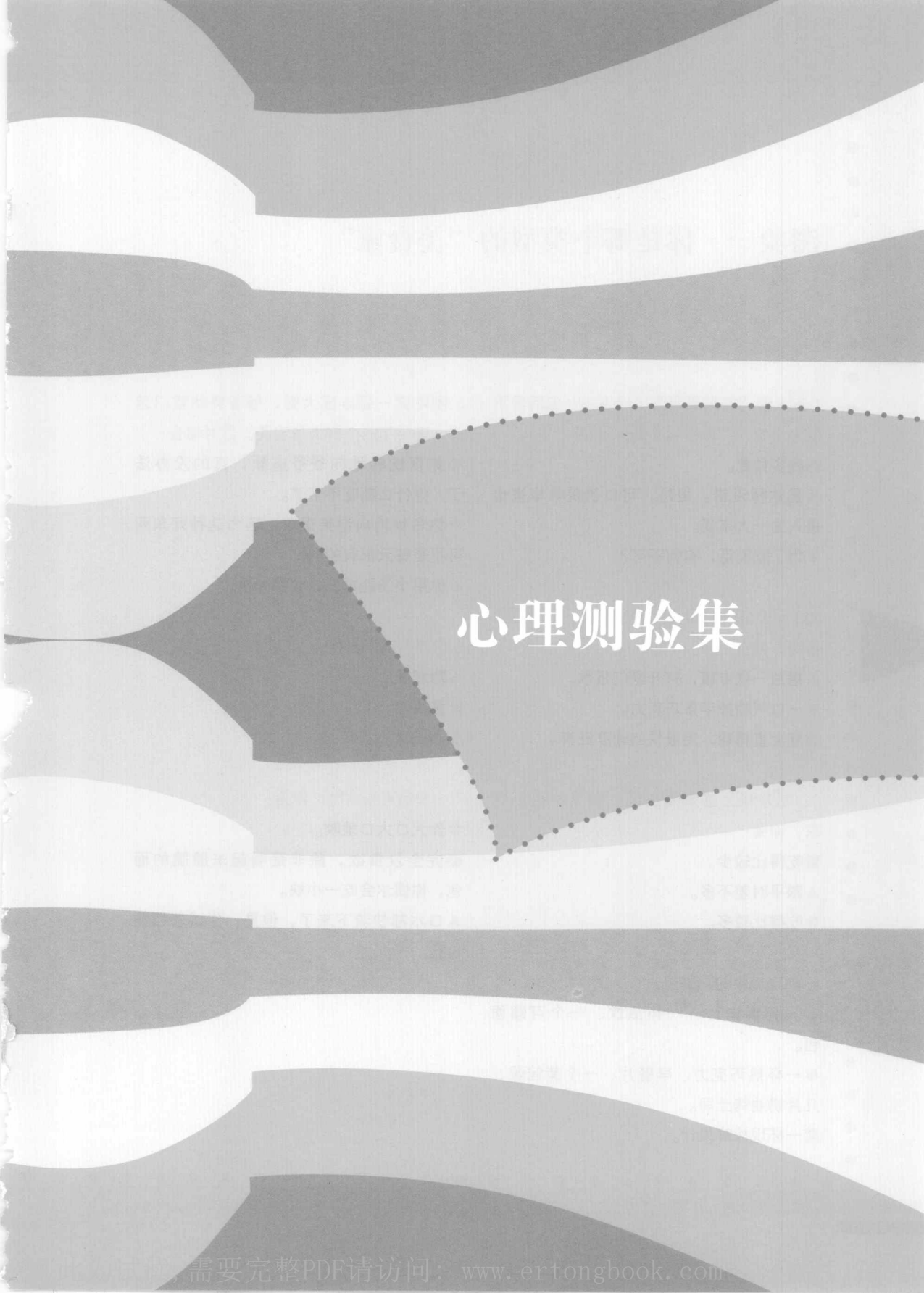
九 别让这些事情困扰你

飘飘然的酒精饮料/268 钱永远不够用? /269 防止受骗的招数/270
 如何应对骚扰/271 懂得说“不” /272 你很想出名? /273 勇敢迎击批评/274
 懂得怎么做选择/275 香烟适合你吗? /276 药物服用过量/277
 毒品的杀伤力/278 晚上出门的对策/279 性别歧视不可怕/280 如果你被勒索了/281
 强暴的伤害/282 暴力的出口/284 如果你被小偷光顾/285 宗教信仰/286

附录

一. 简易体操教室/288 二. 快速缝补法/292
 三. 教你调制几种鸡尾酒/294 四. 速成头巾包发/295





心理测验集

测验一 你是哪个类型的“美食家”

1.有人说“吃东西是为了活下去，但活着不是为了吃。”你的看法是：

■确实如此。

▲是这样没错。但是，可口的美味毕竟也是人生一大享受。

●为了吃而活，有何不可？

2.你最要好的死党竟然惹怒了你。为了重振精神，你会：

▲播放一张专辑，打开嗓门吼歌。

●一口气啃掉半条巧克力。

■穿上直排轮，用最快的速度狂奔。

3.今天晚上爸妈要出门，剩下你自己在家里，你会：

■吃得比较少。

▲跟平时差不多。

●吃得比较多。

4.你理想中的早餐是：

▲一杯柳橙汁、一杯热饮、一个可颂面包。

●一杯热巧克力、早餐片、一个荷包蛋、几片奶油烤土司。

■一杯现榨鲜果汁。

5.刚吃完一顿丰盛大餐，爷爷突然登门造访，还带了一个好大的泡芙。这时你会：

■你很婉转地向爷爷道歉，真的没办法了，你什么都吃不下了。

●你贪婪地向泡芙进攻，因为这种好东西可不是每天都有的啊！

▲你用小汤匙挖三口尝尝味道。

6.你的小猫取名叫：

▲甜腻腻。

■黄飞鸿。

●小肥球。

7.一份甜点当前时，你会：

●你大口大口地咬。

■完全没食欲，除非是嚼起来脆脆的面包，你偶尔会吃一小块。

▲口水都快流下来了，但是，你试着控制自己。



测验结果

算答案中● ▲ ■各符号的数目，看你得到最多的是哪一种。

● 贪吃型

你活得一定很精彩。但是，小心你的饮食习惯！你不见得吃得很多，但却不够均衡。而且，进食似乎成为你逃避压力的方法。这是常有的事，也不必太担心。不过，还是尽量不要每次都向美食的诱惑屈服。最理想的状态是每一种都吃，但必须要定时定量。关于进一步的信息和秘诀，可以参考第四章有关“吃零食”的内容。

▲ 美食家型

你欣赏好吃的食物。人家说“一分钱一分货”，真的没错，在吃的方面，你是个不惜散尽千金的大小姐。不过这倒也值得庆幸。只要你懂得掌握分寸，就别失去这份享受。在吃得有点儿过头的时候，你必须要知道怎么做，才能回复到原来的情势。虽然你不一定会去做！别忘了让自己喜欢的人也享受一下你的美食品味，在烹饪书籍和网络上可以找到很多美味的食谱。

■ 无所谓型

你对食物没兴趣。显然，你不是传说中的“大胃王”。不过，还是要注意：要吃就要吃得均衡。在你这个年纪，需要摄取多种营养，身体才能发育良好，变成美丽的女人。你不必吃得很多，只要每种东西都吃一点儿就好。若想给你丰富的每一餐加分，可以参考第一章“多吃进营养”的内容。

测验二 你是个怎样的情人

1.这十天以来,你仿佛置身云端,因为吉米跟你开始交往,你会:

■你很高兴地盘算着你们的每一次约会。

▲你不停地凝望贴在书桌上的那张吉米的照片。

●你的心不断飘回到那些曾经和吉米热情拥吻的地方。

2.你觉得以下哪种定义和你的恋爱观最相近?

▲“爱上一个人时,不是互相注视对方,而是两人朝同一方向观望。”(安东尼·圣修伯里)

●“爱情啊爱情,一旦被你逮住,我们几乎可以宣告:永别了!谨慎之心。”(尚·拉封丹)

■“爱情不过是两个奇想异念之间的交流和两种传染病的互相接触。”(尼古拉·尚弗)

3.你觉得,吉米第一次吻你的地方应该在哪里?

●很隐蔽,在一棵枝叶茂密的大树下。

■在电影院里,那种为黏得分不开的恋人所设计的新型双人包厢里。

▲上完体育课,刚结束排球比赛时。

4.你比较喜欢用哪种方式和吉米沟通?

■电话。

●短信。

▲亲吻。

5.走在街上,吉米和你——

▲看起来像普通朋友。

■互相搂着脖子。

●手牵着手。

6.下课的时候,你看到吉米和另一个漂亮女生聊得很起劲儿,你会:

▲你告诉自己:“他们一定有什么有趣的事必须告诉对方,不过,我不喜欢这样。”

■你假装没看见他们,从旁边走过,既生气又心灰意冷。

●你一句话也没说,直接在他颈子上重重地亲了一下,然后飘然离去。

7.吉米把他最喜欢的棉衫忘在你家里了,你会:

▲你写一张情话绵绵的小纸条藏在里面,这样他下次穿它时就会发现。

●你把棉衫铺在枕头上,嗅他的味道。

■你赶快把那件衣服放进书包,免得忘记明天上学时带去还给他。



测验结果

算算答案中● ▲ ■各符号的数目，看你得到最多的是哪一种。

● 浪漫情人

对你而言，恋爱是一段美妙的故事。第一个眼神、相遇、亲吻、情话，这一切构成你的爱情小说，也就是你的罗曼史。你充满激狂与热情。你一旦爱上了，就会全心投入，不会惺惺作态。长大一点之后，试着读读罗兰·巴特所写的《恋人絮语》，你一定会喜欢这本书的。目前呢，你可以先读本书第三章的“珍视你的罗曼蒂克”。

▲ 红颜知己

你直觉地知道：恋情需要靠共同分享的时刻来支持。两人共度的时光织成你（你们）的故事脉络。你觉得，体验恋情比谈论恋情更重要。你很少刻意打扮，更不会模仿别人。你有烦恼，就会直接说出来。“爱情”和“友情”都是一种感情。你应该是先以朋友的身份喜欢之后，才转变成恋人的身份去爱吧？如果是这样，你可以从本书第三章的“男女间的友谊”中找到共同点。

■ 小鸟依人

对你而言，谈恋爱就是要天天腻在一起。对你的情人，你会很娇宠他，轻轻抚摸他，随时陪在他身边，而你也喜欢他这样对待你！总之，你很性感，尤其在爱情方面，比其他方面都拿手。你不但用心去爱，也用身体去爱。此外，你无法想象没有对方的日子。涌上心头的所有情感都会立刻化为温柔的肢体动作。如果你有兴趣多了解这方面的问题，可以参考本书第六章的相关内容。

测验三 你是哪种类型的朋友?

1.和你最要好的朋友玛丽安在一起,你最喜欢做什么?

■安排活动(晚上和朋友的聚会、游戏等)。

▲逛街血拼。

●两人谈心。

2.你的一个朋友新买了件T恤,你觉得很漂亮。你会:

▲毫不迟疑,你马上买一件一样的来穿。

●你会买一件一样的,但是挑另一个颜色,即使你觉得这个颜色没那么好看。

■你问她,如果你也买一件一样的T恤,她会不会感到困扰。

3.你和死党玛丽安最美好的回忆是:

■两人在恶劣天气下一起露营。

▲你们在晚会上化装成电影明星。

●一起看了一整晚DVD,并边看边聊天。

4.对你来说,男孩和女孩间的友情是:

▲完全不可能的。

●有可能存在,但是,最后一定会转为爱情,所以那段友情绝对持续不了太久。

■当然是可能的。

5.玛丽安打电话给你,她听起来很沮丧。她哥哥不断对她进行骚扰,她非常烦恼。你会:

■你们立刻约出来见面,一起想一套防卫对策。

●你建议她到你家来睡。

▲通过调查,你们发现玛丽安的哥哥有很多吓人的化名。

6.玛丽安越来越常去她的新邻居莎拉家度周末。这时你会:

▲你觉得无所谓,不过你不太喜欢莎拉借给玛丽安戴的那些首饰。

■你希望玛丽安能把莎拉介绍给你,她看起来很友善。

●你觉得自己被抛弃了,有一种被玛丽安背叛的感觉。

7.暑假时,你和玛丽安暂时不能见面。你会:

●你一个星期给她写好几封信。

■你把暑假中所发生的事都记载在旅游手记上,等开学时给玛丽安看。

▲你一直用手机跟她聊天,把月租费全花光了。

测验结果

算算答案中● ▲ ■各符号的数目，看你得到最多的是哪一种。

● 知心死党

你是个开诚布公的透明死党。你热爱你的姐妹淘，对她们忠心耿耿。对你来说，朋友之间的情谊非常非常重要，所以绝不该受到谎言或虚伪的污染。你认为，你对你的朋友应该能够无话不说，朋友也应该如此对你。结果是，你可能会显得有点专横固执。假如你的朋友也是这样的话，倒也是件好事。记住：因为你对自己很严格，所以虽然你对她们要求很高，她们还是能接受。想了解更多吗？请参看第八章的“亲爱的闺蜜”。

▲ 镜中人

这么说一点也不过分，因为你和你朋友很相似！而且不只是想法接近。因为你认为，好朋友就是要意气相投，有共同的兴趣、相同的品味。有时候，你和朋友甚至会有相同的感受！和朋友在一起，你会觉得自己的胆子也变大了。和她（他）们一块儿的时候，你也更有自信。你应该很难和一个你不怎么欣赏的人，或与你极端不同的人成为朋友。若想更深入了解这方面的问题，你可以参考第二章的“模仿中找自己的风格”。

■ 冒险家

对你来说，交朋友就像在进行一段历险。不一定是像印地安纳·琼斯那样伟大的冒险，应该说是有着许许多多的亲密交流，游戏、挑战、共同目标、一起笑、一起疯狂大笑、恐惧害怕等的冒险。在友情方面，你从不忸怩矫情。你的朋友有女生也有男生，这就是原因之一。对你来说，女性朋友和男性朋友没有什么大的不同！然而，事态也是有可能改变的。想知道更多吗？请参考第三章的“男女间的友谊”。

