

方洲新概念

◆ 主编 / 方 洲

优秀女孩成长计划

培养良好品质

做一个幸福的女孩



塑造女孩美好性格 的100个故事

华语教学出版社

双色
漫画

方洲新概念

《优秀女孩成长计划》

塑造女孩美好性格 的 100个故事

主 编：方 洲

副主编：段其民 王彦芳



华语教学出版社

图书在版编目(CIP)数据

塑造女孩美好性格的100个故事/方洲主编. —北京:华语教学出版社,2009

(优秀女孩成长计划)

ISBN 978-7-80200-590-7

I. 塑… II. 方… III. 故事—作品集—世界
IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 068872 号

塑造女孩美好性格的100个故事

出版人 王君校

主 编 方 洲

副 主 编 段其民 王彦芳

责任编辑 傅 眉 顾钟锦 彭 娟

编 者 孙业成 移 然

封面设计 盛琳兰图书品牌机构

版式设计 大恒工作室

出 版 华语教学出版社

社 址 北京百万庄大街24号

邮政编码 100037

电 话 (010)68995871

传 真 (010)68326333

网 址 www.sinolingua.com.cn

电子信箱 fxb@sinolingua.com.cn

印 刷 河北大厂回族自治县彩虹印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 16开(710×970)

字 数 340(千) 16印张

版 次 2009年6月第1版第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-80200-590-7

定 价 22.80元



目 录



第一章 自尊自爱的女孩最受人尊重

我的成长计划书 成长故事

弯腰拾起的尊严	6
真正的礼仪	8
不愿戴项圈的狼	10
“黑气球”也能飞上天	12
赢得命运的十分	14
流浪鸟的尊严	16
它也值 20 美元	18
挺直腰板方可赢得尊重	20
老师的胜利	22
一张纸有几种命运	24
优秀女孩训练营	26



第二章 自信乐观的女孩最能感染人

我的成长计划书 成长故事

让心灵洒满自信的阳光	32
------------------	----



要能够看到天上的星星	34
妈妈的黄瓜头儿	36
我是黑桃 A	38
“固执”的铁娘子	40
为你自己奔跑	42
怎么看自己	44
自信的考试	46
空白的纸条	48
充沛的活力来自哪里	50
优秀女孩训练营	52



第三章 勇敢坚强的女孩最让人敬佩

我的成长计划书 成长故事

春天的奇迹	58
勇敢的女孩	60
我必须做英雄	62
银行存款	64
学会给危险以迎头痛击	66
黑色波浪中的歌声	68
一步成就人生	70
派蒂,向前跑!	72
镇静的女主人	74
男孩们的女首领	76
成功要付出勇气	78
生命的激流	80
优秀女孩训练营	82



第四章 真诚善良的女孩最有好人缘

我的成长计划书

成长故事

天使的心	88
高贵的捐赠	90
有什么比捉迷藏更好玩	92
深深的体谅	94
感动世界的特蕾莎修女	96
隐藏起来的微笑	98
你需要为冷漠付费	100
爱的门票	102
对善良的回赠	104
平分生命	106
优秀女孩训练营	108



第五章 沉静细腻的女孩最有气质

我的成长计划书

成长故事

水终有澄清的那一天	114
如花的心情	116
平静地接受不可改变的事情	118
比介绍信更重要的东西	120
温暖的小刀	122
无法挑剔	124

卖菜调查	126
优秀女孩训练营	128



第六章 自强不息的女孩最具成功特质

我的成长计划书

成长故事

不会说话的影后	134
一只疯狂的蝉	136
感谢两棵树	138
别让生命失去价值	140
震动天地的愿望	142
用双手改变命运	144
凯莉母亲选择的生活	146
夺取另一块金牌	148
让生命一目了然	150
你永远不会贬值	152
不管路途多崎岖	154

优秀女孩训练营	156
---------------	-----



第七章 独立自主的女孩最具个性魅力

我的成长计划书

成长故事

自己开门	162
记住冬天里的一只蚊子	164
让孩子自己走	166
让自己站出来	168



我要靠自己	170
做一件属于自己的事	172
优秀女孩训练营	174



第八章 宽容诚实的女孩最值得信赖

我的成长计划书

成长故事

我愿为你收藏一粒盐	180
诚实赢得信任	182
宽恕伤害过自己的人	184
律己的花朵	186
赎回你的灵魂	188
可是上帝知道	190
跟假话掰腕子	192
一次诱惑的考验	194
特殊考试	196
多出来的三百马克	198
优秀女孩训练营	200



第九章 聪明机智的女孩最讨人喜欢

我的成长计划书

成长故事

“倒霉”成就传奇	206
巧妙的逐客令	208
哭 钱	210

聪明的繁子	212
对付造谣者	214
茶中的秘密	216
捉拿小偷	218
巧取九龙杯	220
真假瓷观音	223
优秀女孩训练营	226



第十章 谦虚谨慎的女孩最能赢得赏识

塑造女孩

美好性格的

100个故事

我的成长计划书 成长故事

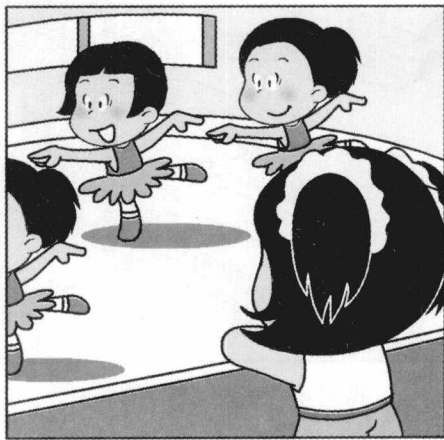
谦虚的涵养	232
只因一个马掌钉	234
向农妇请教的画家	236
走好自己的第一步	238
猫和谨慎的老鼠	240
对他来说是第一次	242
优秀女孩训练营	245

第一章 自尊自爱的女孩最受人尊重

反面：



站在镜子前，把裙子往身上比划着。



我羡慕地看着舞蹈队里的同学。

正面：

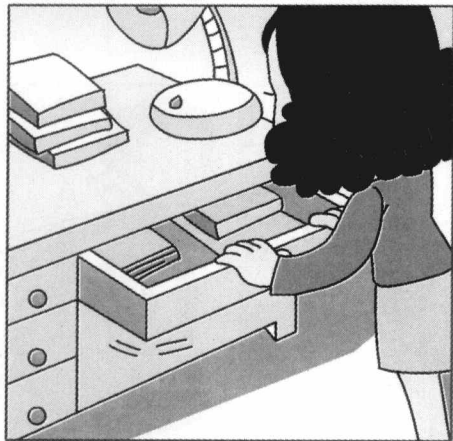


我自信地换上了裙子。



我和同学们一起跳舞。

反面：

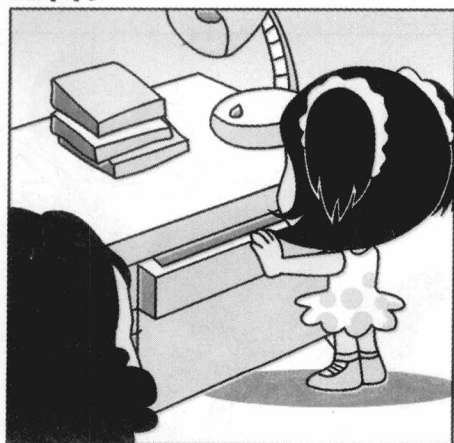


妈妈正在翻看我的抽屉。



被我发现了的妈妈。

正面：



我上前去关上抽屉。



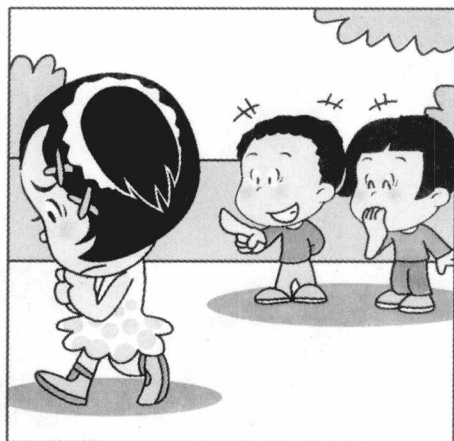
我认真地跟妈妈沟通。



反面：



同学们围在一起给别的同学起外号。

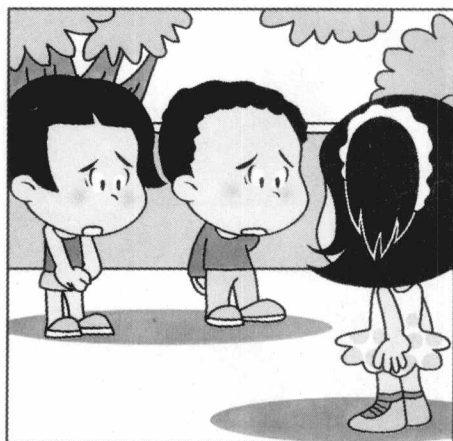


同学指着，给我起外号“麻花”，我尴尬地从他们身边走过。

正面：



我要鼓起勇气告诉他们：“起外号伤害到我了。”

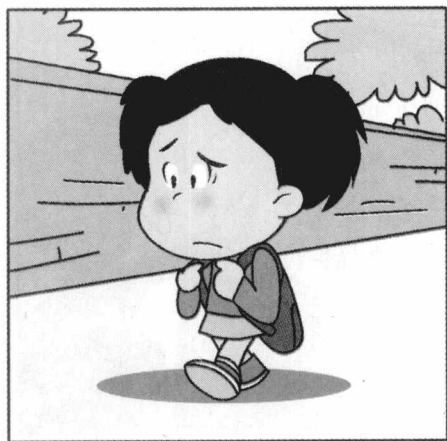


他们不好意思地向我道歉。

反面:



有个女同学被我们冷落。

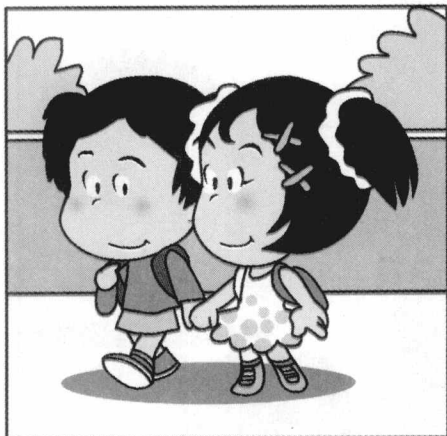


那个女同学忧郁地独自放学回家。

正面:



我站在女同学前面为她打抱不平。



我主动和那个女同学一起走, 她很感动地牵着我的手。

我的成长计划书

以前的我,从来都没有想过自己应该如何自尊自爱,因为从小就在爸爸妈妈的呵护中长大,从来没有任何事情会挑战到我的尊严,但是当我阅读到著名的小说《简·爱》之后,才发现自尊自爱对于一个女孩子是多么重要的品质啊!所以,从今天起,我要做一个懂得自尊自爱的女孩。

1. 我要珍惜自己的名誉,不做任何让自己名誉受损的事情。
2. 对于有损我尊严的事情,我要坚决抵制。
3. 我的自尊心告诉我,不能让一次错误在我身上发生两次。
4. 我不能去奉承任何一个我并不钦佩的人,那是不自爱的表现。
5. 任何时候,我都要倾听自己的感受,不做违背自己原则的事。
6. 注意自己的仪表,让自己干净整洁,也是自爱的一种表现。





弯腰拾起的尊严

第一次世界大战后不久,法国巴黎街头,有一个卖艺的姑娘。她用小提琴拉出一曲又一曲动听的曲子,吸引了许多行人驻足聆听。

这个女孩来自挪威,不远千里来报考巴黎音乐学院,但很不走运没有被录取。在这个大都市里,她带来的钱很快就用光了,只好用自己的所长来挣点钱,聊以糊口。曲终,人们纷纷往琴盒里放钱。

有一个贵族青年正好带着自己的女朋友从此路过,于是就想羞辱一下这个提琴手。他故意将钱扔在提琴手的脚下,转身就走。

结果,还没等他走出一大步,小提琴手弯腰把钱捡起来,喊住贵族青年说:“先生,你的钱掉了。”边说边把钱递过去。

贵族青年不屑地接过钱来,又鄙夷地扔回小提琴手的脚下,不客气地说:“我已经给你了,这是你的钱。”小提琴手看了看他,旋即鞠了个躬:“谢谢先生的资助!刚才,你的钱掉在地上,我为你捡起来了。现在,我的钱掉在了地上,也请你帮我捡起!”这个要求从姑娘的嘴里说出来,带着一种不可抗拒的力量。

周围的人都目不转睛地看着他们,贵族青年羞愧万分,只好弯下腰,无奈地将钱从小提琴手脚下捡起,放进了琴盒。大家不禁为这个姑娘鼓起掌来。

人群中有一人微笑着点了点头。他也是被提琴手悠扬的琴声吸引过来的,看到了事情的整个经过。他碰巧又是巴黎音乐学院的教授。他在这个平凡的姑娘身上发现作为一个艺术家所应有的尊严感,这让他备受感动,因为在他的眼里,一个艺术家不管技艺多么高超,最关键的还是他的人品,只有一个人品出众的艺术家才能演奏出动人心魄的音乐来。

不久,他将那提琴手带回了学院,向院长郑重推荐。院长给了这个姑娘一次机会,让她重考,她最终被录取了。

这位挪威姑娘叫比尔撒丁,后来成为挪威著名的音乐家。她的成功一方面是因为她在音乐上具有无比优越的天赋,另外一个方面也和她的个人品质有关系,正是因为她的自尊自爱,让她即使在街头卖艺也会保持自己的尊严,而这种自尊正是一个高贵的艺术家所应拥有的。所以当她的老师在街头遇到她的时候,才会



如此欣赏这个平凡的姑娘。也正因为她的自爱,让她获得了又一次进入到学校学习的机会。从而改变了她的人生。



成长课堂

每个人都有尊严,每个人都必须维护自己的尊严,同时也要维护别人的尊严。尊严,是每个人生存的底线。不管社会角色是卑微还是高贵,每个人都有不可剥夺的尊严。

我要靠自己的双手去创造生活,做一个被人尊敬的人。

优秀女孩
宣言



塑造女孩美好性格的
100个故事



真正的礼仪

一位教授正在给一群留学生上礼仪课,由于学生都来自不同的国家,所以大家听得都很认真。

“礼仪就是从细小的地方开始做起。比如说我刚才走进教室的时候,轻轻地敲了门。”教授告诉他的学生:“敲门是有讲究的:敲一声,代表试探;敲两声,代表等待对方应答;敲三声,代表询问。而在现实生活中,有八成以上的人却不知道如何敲门。”

原来一个简单的敲门动作都有着这么多的学问,学生们的兴趣一下子就被提了起来,现场的气氛也开始活跃了,教授的讲述让他们发现生活中原来有很多的礼仪是自己忽略了的。

接着,教授在课堂上做了一次互动,他邀请了一位在场的女生来和自己配合,其实所要表演的部分很简单,这是一个日常生活中经常会看到的送外卖的情节。这名女生扮演的是餐厅外卖人员,她将送一块比萨到这位教授的家里。教授希望这个常见的情景可以唤起大家对于自己日常礼仪的思索。

女学生很开心地站起来,走上台去和教授一起表演。她扮演餐厅的服务员,送外卖到教授家。

服务员“咚咚咚”敲了三下门,进门后把外卖轻轻地放在桌子上。教授当场指出了“服务员”的问题:敲门声太重,没有表明自己的身份;也没自带一次性鞋套套住鞋子,弄脏了主人家的地板。于是,那名女学生按照教授的指点又表演了一次。

女学生按照教授的要求,轻轻地敲门,得到允许之后,她打开门并给自己套上了一次性的鞋套,以免弄脏了主人地板。然后她表明了自己的身份,说明了自己是来做什么的,得到主人的回应之后,她走进来,把外卖放到了教授的桌子上,然后向教授告别,准备离去。

这些环节一个个都完成之后,她却并没有按照教授的要求离开,那名女学生仍站在讲台上看着教授。似乎自己还没有表演结束似的。

教授提醒她可以下台了。这时,她认真地对教授说:“老师,如果有人给我送外卖,我不会让他换鞋,我宁可自己再拖一次地板,因为那样会伤害那个人的自尊心。还有,对方离开的时候,我会真诚地对他说一声谢谢。”

教授愣了一会儿,继而真诚地说了一句:“你说得对,谢谢你。”

讲台下响起了热烈的掌声。