

# 《生命的盲区》

## 图书基本信息

书名：《生命的盲区》

13位ISBN编号：9787210020332

10位ISBN编号：7210020330

出版时间：1999-01

出版社：江西人民出版社

作者：蒋泽先,等

页数：339

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 书籍目录

开篇：走出盲区

1中国老百姓心中的盲区

与其说是当代人与人之间智力、体力的竞争，不如说是心理健康程度的大检阅

智力、智力、智力，普天下家长呼唤着

现代社会竞争进入了以发点球决定胜负的时刻

2.此时的“健康”不是彼时的“健康”了

健康有两个含义：其一是生理健康，即无疾病；其二是心理健康，即无心理疾病

心理健康往往比生理健康重要得多

生存篇：命运交响曲

命运之舟驶向何方（上）

1苦难是黄金，经历是财富

（之一）

想写一本世界名人苦难史。许多名人都是苦难者。苦难是心灵的检测仪

是苦难成就了天才，还是天才钟情于苦难

读成功者的苦难史，可以矫正心理失常，可以净化心灵，可以获得力量

（之二）

对于老百姓，苦难是噩梦，是不堪回首的记忆

心情舒坦，日子就永远舒坦

日子是漂泊的，阳光没有漂泊

2不幸是一所大学，不幸是一位老师

（之一）

金钱产生力量，权利产生力量，不幸也能产生力量

不幸有时会创造出一个又一个生命的奇迹

不幸和不幸者的亲人都要经受一场意志、毅力的考验

（之二）

癌症不等于死亡，生命在你手中

无法拒绝疾病，但可以拒绝悲哀和痛苦

以超人的襟怀对待疾病才是真正的解放与超脱

3.我是我心灵的主宰

机遇偏爱有准备的人

他像一片飘零的枯萎的秋叶，他像一只折断了翅膀、拔脱了羽毛的小鸟

希望之星总比泪珠明亮

命运是什么 命运是一个人用其健康心理去追求的人生轨迹

4.下岗心理健康程度的一次检阅

（之一）

下岗，换了一种活法，也要换一种心态

两种心理，两种行动，两种结果

用健康人的心理对待下岗才能赢得身体的健康和前途的辉煌

建议写一本《下岗心理学》，不能面对下岗的不是智力不能面对下岗的不是体力，而是心理

(之二)

很难说谁不会是这样50%，早作准备的好  
有事没人做，有人没事做 这是有下岗的准备，没有择业的准备。择业先要掂量自己是几斤几两  
大锅饭、铁饭碗将会成为历史，我教育儿子自己开路自己走，想靠谁是没有出路的  
心帆折断在自己手中(中)

1三个失败者的故事

没读大学，不是智力、不是机遇

男子汉的虚荣心

锲而不舍的女人

2伊甸园中的心理碰撞

为了爱而结婚，为了爱而离异

生命不息，离婚不止

3封闭自我，游离社会，最终会毁灭自己，伤害他人

他们不知自己在犯罪

不健康的人格是犯罪的基础

要将自我和社会融为一体

4.徘徊在精神病院门口

过分的褒奖和自卑是他心灵创伤之源

理想期望不要与现实际遇相距太远，要学会明白世事

会“伸”不会“屈”的姑娘

5.此辈不知身有病

恩怨无情，玉枕沉埋

古怪的吃客

6中国足球队：心理脆弱的大孩子

在南美足球是生命的水，在欧洲足球是厚重的山，在中国足球是什么

踢球的是人，是人的素质与文化

晾赛场的日子

走出盲区，走出心狱(下)

1一个自杀未遂者创立的学科

孔子提出“仁者寿”，“大德必得其寿”，这道出了良好的

心理与长寿的关系

走出盲区，走出心狱的科学

意志，情绪，人格，能力，毅力这一切组成了健康心理的

内涵。德行是灵魂的力量

2生命行走在没有界沟的疾病线上

这是一个可以相互转变或单向发展的方程式

健康的心理失常

心理失常的诊断

3.心理失常是固有因素与诱发因素的共振

(之一)

一个人在成长过程中要加强“心理锻炼”

社会因素可以促使人心理健康，也可以使人失常

认识理解社会是减少负效应的根本

(之二)

不说不知道，一说吓一跳

一个个真实而荒唐的故事

人人都可以营造一个培养健康心理的小环境

4.是先救老婆还是先救娘的故事

其实人人都关注了心理教育，只是没有开展心理教育

孩子心理的失常大都与父母教育失误有关

健康的心理用两个字概括：向上

5健康心理是事业大树的土壤

(之一)

两种教育方法，两种结果，他们的差异不是智力

同一个家庭兄妹不一样，他们差异也不是智力

一个人成功的因素是什么？是智力？是体力？是非智力

(之二)

超常儿童和超常教育

超常教育别忘了“非智力因素”

能力是有复杂结构的各种心理品质的总和

6.一个女兵教育女儿的诉说

发现了女儿的不良心理

受教育是要吃苦的

许多不良心理在孩子成长过程中是可以预防摒除的

7.一家之见，不敢算是教子有方

不打不成才

男唱武，女唱文，文武之道一张一弛

弹性限度内，弹力与伸长成正比

8.老百姓讲述自己的故事

龙生龙，凤生凤，老鼠生的会打洞

郭沫若也逃不脱社会环境对他心理的影响

素质教育是系统工程

9绝对实话实说

听见上楼声以为来了送礼的人

自己把自己排在老百姓之外

会调节心态也是健康长寿的一门功夫

自杀篇：死亡的旋律

1自杀：留给生者一个谜

自杀已成为一个严重和普遍的社会问题

在中国自杀者每年是多少

2自杀是某种文化的凝固，是什么样的文化呢？

日本人崇尚自杀，信仰自杀

“宁为玉碎，不为瓦全”；“红尘滚滚，死是超脱”，这是中

国文化塑造的两种对自杀的心境

在安定的环境里，自杀率是检验精神文明程度和人们

生活质量的一个尺度

3社会因素可以让人去自杀，也可以减少自杀

人生在世，不可能把自己囚在一个小的圈子里

浮躁是一种危险的信号

自杀行为可以通过环境和心理进行铲除

4.形形色色的自杀

不可能与每个自杀者进行一次谈话

自杀无疑是社会问题

倾吐是人类心灵的安全阀门

末篇：寻找皈依的精神家园

## 《生命的盲区》

1.人的一生在向自己的精神家园奔波

上帝拯救了他

我姑妈的故事

这是她一生追寻的精神家园

2.不能只用道德来解释

不该发生的悲剧

她追寻的是恃强凌弱的精神家园

她对生命意义的感悟是什么

3.要用灵魂寻找回灵魂

寻找中国教育的灵魂

谦卑学习班

精神的故乡在远方

赘语：普及生命科学知识

# 《生命的盲区》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)