

《心理健康青少年成长的资本》

图书基本信息

书名：《心理健康青少年成长的资本》

13位ISBN编号：9787801518828

10位ISBN编号：7801518829

出版时间：2005-7

出版社：海潮出版社

作者：王玉华

页数：226

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

《心理健康青少年成长的资本》

作者简介

中学语文特级教师，1993年获全国优秀教师称号。曾任中学校长15年，长期从事毕业班语文教学和班主任工作。2001年至2002年参加了国家教育部跨世纪园丁工程国家级骨干教师培训。主要著作有《初中语文教与学》、《作文解困之路》、《班主任的工作实践与艺术》、《作文心理探奥》、《初中语文神奇写法解悟》、《治校韬略》、《珍珠集》。部分教学科研成果被选入跨世纪园丁工程国家级骨干教师培训教科研成果系列丛书。同时有数十篇论文获奖。曾多次应邀为中学校长授课做报告，以及做语文教学改革专题报告，其事迹收录在《中华神秀》名人大典中。

《心理健康青少年成长的资本》

书籍目录

第一篇 学会做人一、避免失信：诚信是人生的特别通行证/3二、杜绝虚伪：真诚待人是做人的根本/16三、不可自负：谦逊方可使人不断进步/25四、莫贪虚荣：朴实的人生更美好/41五、抑制自私：心底无私天地宽/54第二篇 学会处世一、抛弃嫉妒：割除心灵上的毒瘤/67二、纠正偏激：客观、全面地看待世界/81三、切忌发火：怒火烧伤的最终是自己/90四、远离多疑：点亮自己信任的心灯/104五、切莫失礼：有礼才有好人缘/118第三篇 开启心灵之锁一、克服自卑：用自信鼓起人生的风帆/133二、远离孤独：走出自我禁锢的囚室/151三、力戒依赖：你的人生，你自己做主/163四、远离懒惰：勤奋是成才最根本的途径/180五、摆脱忧郁：用快乐驱散心头的阴云/198六、化解焦虑：以平和的心态面对生活/213

《心理健康青少年成长的资本》

章节摘录

书摘人的一生是正确与错误、成功与失败交织的一生，每个人都在严酷的生存竞争中苦苦挣扎，就像千军万马过独木桥，稍有不慎，就可能被淘汰出局。成功与失败是人生的两个极端，又只在咫尺之间。有人把它们称之比邻而居的门户，也有人说它们不过是前后步伐，其结果相距那么遥远，又如何紧密相连，成败的转换只是瞬息之间，没有永远的失败者，也没有永恒的成功者。只有经得起成功，更经得起失败的人，才是真正成功的人。在遭遇失败时，我们不妨自己说：“失败只是暂时停止的成功而已！”每当出现错误时，我们通常的反应是：“真是的，又错了，这次是哪里不对？”从另一方面看，有创造力的思考者会了解错误的潜在价值，然后他会利用这错误当做垫脚石，来产生新创意。事实上，整个发明史充满了利用错误假设和失败观念来产生新创意的人。哥伦布以为他发现了一条到印度的捷径。开普勒偶然间得以行星间引力的概念，他是由错误的理由得到正确的假设。当出了差错，或遭受某个挫折，造成了某种损失后，成功者会汲取教训，设法补救，以扭转不利局面，变被动为主动。人的成长来自两方面，一方面别人批评教育与帮助。另一方面是自己的完善与解剖。相对而言，自我教育是最佳选择，因为自己对自己的了解最深最透，只要下决心改正没有改变不了的。但是要记住：一旦自己原谅了自己，真正毁掉自己的人还是自己。如此而论，你如何看待虚伪呢？如果，已有虚伪的表现，请挑战自我敢于修正，做一个真诚受人欢迎的人，即使为此而暂时失败了，实际上从另一个角度看也是成功。P22

《心理健康青少年成长的资本》

编辑推荐

心理健康，是青少年成长必不可少的人生资本。本书专为青少年心理健康量身打造，概括了青少年成长中经常遇到的十六个方面的心理障碍，案例发人深省，说理打动人心，方法简单实用。全书情理交融、有的放矢、诱导心灵、开启心锁、以帮助千千万万个正在成长发育的青少年，驱散他们心中的阴影，拥抱人生光明的未来。

《心理健康青少年成长的资本》

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