

《高考的心灵之旅》

图书基本信息

书名：《高考的心灵之旅》

13位ISBN编号：9787307048225

10位ISBN编号：7307048221

出版时间：2005年11月1日

出版社：武汉大学出版社

作者：郑晓边

页数：231 页

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

《高考的心灵之旅》

内容概要

学习有目标才能进取，情感有交流才能快乐，生活有追求才能完美，心灵有期待才能幸福。这本书是心灵互动更深入的历程，它通过多彩的高考经历与心理学家独特的评析，呈现考生的心灵成长之旅，演绎应考学习生活的痛苦与快乐，揭示当代青少年考试与人生的关系和秘诀！

《高考的心灵之旅》

作者简介

郑晓边，国家教育部“十五”规划重点研究课题《高中生心理健康测评与团体辅导研究》项目主持人，毕业于同济医科大学，曾赴加拿大Concordia大学心理系研修儿童病理心理学专业，现为华中师范大学心理学院教授，心理咨询与学校辅导方向研究生导师，中国心理学会学校心理学专业委员会委员，中国心理卫生协会青少年心理卫生专业委员会委员。全国心理技术应用研究会理事，中国学前教育研究会儿童健康教育专业委员会常委，湖北省心理卫生协会副理事长。已出版专著10部，发表系列学术论文80余篇。

《高考的心灵之旅》

书籍目录

序五心十法、教养互动、应对高考一、考试学习篇1. 勤奋方法加乐观2. 满分作文有秘诀3. 艺术考生三人行4. 安居乐业普通班5. 成功高考定坐标6. 永不言败考清华7. 学好物理调心态8. 与“狼”共舞订计划9. 面对考试少焦虑10. 汲取教训轻排名二、生活情感篇11. 谁在掌握水晶球12. 网络游戏不迷恋13. 历经秋愁盼艳阳14. 萌动青春好回味15. 文理交融求和谐16. 日子平淡心难平17. 星星闪闪睡不着18. 校园生活真寂寞19. 青春情感难把握三、自我成长篇20. 走出封闭看世界21. 二等面粉一流馍22. 超越自我当班长23. 扬长避短终成功24. 青春时分一场梦25. 孤独残留骨子里26. 懵懵懂懂非爱情27. 水月情与镜花缘28. 焦虑梦境有抗争29. 富贵贫穷须同乐四、人际交往篇30. 顶峰体验的落差31. 乡下学生心在痛32. 老师帮助渡难关33. 世间母亲最真情34. 换位思考做差生35. 天道酬勤谢恩师36. 不为生气种兰花37. 生活假如没有她38. 纯真友谊难忘怀39. 同桌的你有真情五、应对挫折篇40. 成绩滑坡找原因41. 心理专家改变我42. 支持鼓励复读生43. 艺术考生也辛苦44. 成败靠自己把握45. 迎着风雨看彩虹46. 耻辱体验变动力47. 死且不畏当无畏48. 落榜振作奔辉煌附录：高中生心理健康测评与团体辅导实验参考文献后记

《高考的心灵之旅》

章节摘录

她上了高中，是一所重点高中的重点班。班里的同学都很优秀，而且也和她一样明白努力学习的重要性。她的语文和英语成绩足以让很多同学羡慕。在这个环境里，大家你追我赶，都在暗自用功，她没觉得有太大竞争压力，因为这么多年，她都已经习惯了努力学习。苦啊，累啊，她都不怕。正如她常说的：“学习哪有不累的。”得承认，她真的是天生学习的命，尽管每天奔波于学校和家之间，可她喜欢这样紧凑、忙碌的生活。要是碰巧在回家的路上从音像店里传出她喜欢的歌，那她一天的心情都会很好——人有时真的很容易满足。日子就这样一天一天消失在学校和家的路上，消失在音像店的歌声里。她高三了。不用说，每个人都明白这一年意味着什么：高考、前途、分别、迷茫。总之，各种各样的事情都可能发生在这一年里，人的心情自然也会复杂起来。日子就这么一天天过着：动能定理、化学反应、抛物线……同学们对这样的生活都习以为常，变得麻木了，有时也找一些方式来发泄一下。教室后被踢坏的垃圾桶，扔到楼下的练习册都成了无辜的牺牲品。她也需要放松一下，不过不是拿垃圾桶和练习册来出气。她喜欢和同学聊天。正好前后两排六个同学，大家七嘴八舌，天南地北地瞎聊一通，把所有的不快和郁闷都抛在脑后。兴致高的时候，大家还会凑钱买来几包瓜子，边吃边聊，引得班里其他同学好生羡慕。聊着聊着，她觉得自己和其中一个男生说得最多，也聊得最投机，她隐约感觉到了什么。“也许是我多想了吧”。她这么安慰自己。于是大家如往常一样聊着，聊着昨晚回家偷空看的电视剧，聊着同学晚自习后在校门口吃的烤红薯。日子就这么过着。她记得那是个冬日的上午，这星期换了座位，她正好在教室最后一排靠窗的位子。阳光照在身上，暖洋洋的。她喜欢这种感觉，喜欢阳光灿烂的日子。那是节自习课，同学们干什么的都有：学习的，睡觉的，看杂志的，吃东西的。在她看来，这才是真实的高三生活。他和别人换了位置，坐到了她旁边。他们聊着昨晚的电视剧，突然他冒出来一句：“周末看电影去吧！”她愣了一下：从小到大，她还没有和男生单独出去过。停了一下，她说：“嗯，一到周末我就只想睡觉了，还是以后再说吧。”“那也行，以后再说吧。”他有些失望。从这件事以后，她觉得自己有点和以前不一样了：和他说话时不那么自然了，有时还后悔拒绝了他的邀请。她知道这种变化是自己不希望看到的，她的心里应该只有学习，即使那些天南地北的聊天也不过是学习之余的调剂。她告诉自己要冷静，这个时候一定要清楚自己该干什么。她相信自己能做到。

《高考的心灵之旅》

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