

<<培养有自信心的中学生>>

图书基本信息

书名：<<培养有自信心的中学生>>

13位ISBN编号：9787510804106

10位ISBN编号：7510804108

出版时间：2010-7

出版时间：九州

作者：崔玲|主编:高长梅

页数：209

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：<http://www.tushu007.com>

## <<培养有自信心的中学生>>

### 内容概要

自信是成功的第一秘诀。  
很多时候，失败不是因为实力不够，而是因为自信心不足。  
自信的力量能让人意志坚定地追求梦想。  
时刻保持一颗自信的心，就拥有了战胜逆境的力量和勇气。  
当我们阅读精彩美文后再到“自信加油站”里补充些给养，自信的花朵就会开满生命的旅途，我们会获得一生的灿烂和美丽。

## <<培养有自信心的中学生>>

### 作者简介

高长梅，《新课程报·语文导刊》、《语思（天池小小说下半月刊）》执行主编。曾参与十多项国家和省部级教育科研课题研究，在省级以上教育理论报刊上发表教育教学论文60余篇。

参与策划、编写的两套中小学语文与实验教材分别由语文出版社、教育科学出版社出版。

主编的《新华句典》入选湖北省“1999年度最有影响的十本书”。

策划、主编的教育教学和青少年阅读的80多个系列图书分别在商务印书馆、湖北教育出版社、华中师范大学出版社、湖北辞书出版社、河北教育出版社等30余家出版社出版。

参与策划的“读·品·悟”系列图书，自出版以来，在全国产生了广泛的影响，先后有十大系列荣获“冰心儿童图书奖”。

## &lt;&lt;培养有自信心的中学生&gt;&gt;

## 书籍目录

第一辑 每个人都能以最美的姿势活着 我就是喜欢我 / 佚名 人和人都是一样的嘛 / 令狐沙 每个人都能以最美的姿势活着 / 张翔 贝利最初的怀疑和恐惧 / 佚名 从丑小鸭到白天鹅 / 伺希琳 / 译 谁同意你自卑 / 张小失 设法从自卑走向自信 / 佚名 淡紫色的伞 / 老玉米 让自豪战胜自卑 / 佚名 我并不卑微 / 庞启帆 战胜自卑 / (英)莫尼卡·狄更斯 换只手举高你的自信 / 马国福 自卑的原因 / 尹玉生 / 编译 自信的口红 / 月方

第二辑 告诉我, 我的优点 我美丽, 因为我自信 / 余星儿 去问玻尔 / 英涛 把头抬起来 / 易凤萍 他告诉我, 我很独特 / 佚名 信心是职场生存的底线 / 罗长美 让孩子自信而不骄纵 / 佚名 我矮小, 我美丽 / 王兆刚 再来一次, 好吗 / 曹飞 一次不经意的鼓励 / 白岩松 告诉我, 我的优点 / 流沙 那信, 那信心 / 吴志刚

第三辑 把自信沉浸在你的生活中 荡秋千 / 佚名 自信无价 / 车轼 把位置留给我 / 李雪峰 自信是最重的砝码 / 陈宝奇 谁说行家总正确 / (美)乔·库德尔特 不要让别人偷走你的梦想 / (美)杰克·坎菲尔德 有一种自信叫信任别人 / 游宇明 法国菜单 / 李家同 自己拿主意 / 中原渔人 四种备份 / 余俊 把自信沉浸在你的生活中 / 杜卫东

第四辑 握紧你的右手 生命因自信而更加美丽 / 贾建锋 谁拉你走向了平庸 / 马德 永远不要失去自信 / 王飙 相信自己 / 高兴宇 勒比格勒的坏笑 / 臧根林 没有自信等于失去力量 / (美)奥格·曼狄诺 无处不在的自信 / 段汶利 1毫米的自信 / 陈文海 握紧你的右手 / 毕淑敏 暗淡的思想 / 佚名 断箭 / 佚名

第五辑 先相信自己, 你才能超越自己 脸上的疤痕 / (美)乔安娜·斯莱恩 泰勒的实验 / 佚名 李光耀的自信秘密 / 佚名 没有人可以说你不行 / 包利民 你就是你 / (美)陶乐丝·卡耐基 我很重要 / 毕淑敏 自己的钟表 / 李雪峰 先相信自己, 你才能超越自己 / 佚名

第六辑 逆境中, 拾起一颗自信的心 没有一种冰不被自信的阳光融化 / 马国福 逆境中, 拾起一颗自信的心 / 黄兵 自信得让人好笑也无妨 / 陈大超 自己的上帝 / 黄小平 把自卑踩在脚下, 微笑面对挫折 / 鲁先圣 自信之光 / 佚名 一双鞋子的自信 / 太阳花 谈自信 / 穆珊珊 竞争路上不气馁 / 曾绯龙

第七辑 只要你是对的 自信的柱子 / 佚名 对自己的目标充满信心 / 佚名 自信第一课 / 毕淑敏 只有相信自己才能赢得成功 / 周青山 信心, 成就世界经典 / 佚名 你想换个鼻子吗 / 朱成玉 只要你是对的 / 李雪峰

第八辑 所谓奇迹, 就是相信奇迹会发生 我的姿势更美一点 / 流沙 好看不当大米吃 / 风为裳 微笑给了我天使的翅膀 / 佚名 每个人都有两份履历 / 文冬 所谓奇迹, 就是相信奇迹会发生 / 连岳 带着自信上路 / 蒋光宇 一个人的对弈 / 英涛 心态的力量 / 鲁先圣

第九辑 别让你的自信“虚胖”了 你以为你是谁 / 王志军 信心的动力来源 / 迟伟 白卷 / (美)沃莱恩达·沃恩-斯君伯格 康菲顿丝的自白 / 孙盛起 成功源于一杯酒 / 浩瀚 我用石头砸开IBM的大门 / 菠萝啤 别让你的自信“虚胖”了 / 佚名

第十辑 为自己祝福 角落里的阳光 / 迷尔 你认为你行, 你就行 / (美)奥格·曼狄诺 每个人都是自己的明星 / 雪小禅 自卑也是一种力量 / 阿明 人生的苹果 / 佚名 只有态度还不够 / (美)格兰·范·伊克润 为自己祝福 / 梅莉 做自己的偶像 / 英涛

## &lt;&lt;培养有自信心的中学生&gt;&gt;

## 章节摘录

每个人都能以最美的姿势活着 她小时候遭遇过一场车祸，颈椎受到了剧烈的撞击，致使她的脖子向右歪曲。

医生尽了最大的努力，也没有完全地矫正她的颈椎，于是，她便成了一个“歪脖子”姑娘。

从小学开始，她就常常被同学们取笑。

一天放学后，一群同学念着“曲项向天歌”来取笑她，她为此哭了整整一个晚上。

她的“歪脖子”几乎夺去了她的自尊和对美好的追求。

于是，她发奋读书，因为成绩的优秀能成为她唯一的骄傲。

她成绩永远都是那么的好，直到上大学，她从来都是成绩最优秀的。

上了大学，她的“歪脖子”依然成为同学们的笑料，有人甚至叫她“小歪妞”，她的心理总是漫过巨大的酸楚。

她的性格孤僻、自卑。

她很沉默，在寝室几乎成了一个哑人；她很朴素，从来不像别的女同学那样打扮得花枝招展，因为她知道自己即使打扮得再漂亮，也难掩自己那严重的缺陷。

在那美好的大学生生活里，她卑微而悲哀地活着。

有时候，她甚至对未来感到绝望。

班主任老师是一个爱好摄影的男青年，他总是向同学们展示自己的摄影作品，并努力提高那些有摄影爱好的同学的摄影水平。

后来，他花了一大笔钱买了一个贵重的数码相机。

于是，有一天，他对班里的同学们说：“明天我们搞个小生活会，我用新相机给你们每人拍一张明星时装照好不好？”

”同学们顿时一阵欢呼。

第二天，生活会在一个大教室举行。

每个女生都穿得很漂亮，只有她依然穿着素淡的衣服。

就在那个教室小小的讲台上，每个同学站在上面大胆地摆出了一个个漂亮的姿势，让老师拍照。

老师拍得非常认真，对同学们的姿势，他总是细细指正，以求达到最好。

终于，轮到她了。

她慢腾腾地走上讲台，拘束地站在上面，她的心一片慌乱和悲哀。

她从小就知道，自己无论摆什么姿势都掩盖不了自己的缺陷，因此，她从小到大就没有拍过几张照片，甚至高中毕业照她都找理由推掉了，她不想让自己的样子留在同学们的相册和记忆里。

她木木地站在讲台上，台下的同学发出细碎的笑声，气氛有些尴尬。

这时，老师走上前去对她说：“小袁，你觉得你最好的姿势是什么样的？”

”她怯怯地回答道：“老师，我没有那么好姿势。”

”老师笑着大声说：“你错了，这个世界上任何一个人都有属于自己的美丽姿势，每个人都可以为这个世界留下最美的镜头！”

让老师告诉你，你最美的姿势是什么……”老师一说完，便将她的右手抓起，让她用右手手掌托住自己微偏的右腮。

再让她的左手手掌托着她的右肘关节，像是在思考问题的样子。

老师迅速退回到相机后面，然后对她说：“看镜头！”

”她睁大眼睛看镜头，“咔嚓”一声，一个睿智的身影便留在了相机里。

同学们鼓起掌来，老师也随着鼓掌，一边鼓掌一边问大家说：“小袁的Pose是不是很漂亮很美啊！”

”“是——”同学们异口同声地回答，掌声一片……那是她从小到大第一次听到别人肯定她的“美丽”，而且还是整整一个班的同学，她顿时热泪盈眶，泪水顺着眼角奔流而下，一直流到她依然托着腮的掌心里……从那以后，她总把老师给她拍的照片挂在自己的床头，她每天睁开眼睛就可以看到自己优雅而睿智的样子。

她忽然变得性格开朗起来，甚至还竞选当了学生会的干部，经常主持一些小会议。

## <<培养有自信心的中学生>>

她也像每一个女生一样将自己打扮得漂漂亮亮的，向别人展示她的美丽。在每一个不经意的时刻，她都习惯地用右手托着腮，摆出那个属于她的姿势，因为这个姿势总让她看上去优雅而睿智。

多年后，她成了一个很成功的女企业家。

当她被学校请去参加校庆时，校长请她为同学们讲讲自己的成功经历。

她站在讲台上动情地说：“你们一定会很惊讶我这么一个貌不惊人的女生为什么会成为一个成功的女人，你们一定想知道是什么让我战胜各种困难而走向成功的。

我要告诉大家，是一位老师的鼓励让我走出生活的阴影，帮我找到了自我。

并鞭策着我一直向前挺进。

这个老师曾细心地为我设计了一个属于我的最美的姿势，并大声地告诉我，这个世界上任何一个人都有属于自己的美丽姿势，每个人都可以为这个世界留下最美的镜头。

” 无论这个世界有多少不完美，每个人都能以最美的姿势活着！

自信加油站 其实，有时候人生的快乐并不是因为拥有的多，。而是因为计较的少。

无论我们的世界有多少不完美，只要执著地追求美丽的梦想，只要坚持心中的希望，只要不去计较别人的目光，以自己最完美的心态、姿态去生活，就能找到幸福的曙光。

P7-9

## <<培养有自信心的中学生>>

### 媒体关注与评论

一个人进入社会后，综合素质是最重要的。

综合素质包括很多内容，但首先表现为自信心。

因此提高孩子的综合素质，关键在于帮他树立自信心。

——美国国际教育基金会CEO 夏保罗 我们应该坚定地回应那些说我们不行的人，我们将以无穷的力量来回应他们，然后说：是的，我们行！

——美国总统 奥巴马

## <<培养有自信心的中学生>>

### 编辑推荐

《培养有自信心的中学生》精选了近90多个与树立孩子自信心有关的故事，通俗易懂，富含哲理，每个故事后面附有精彩的“自信加油站”。

自信心是孩子综合素质的重要组成部分。

要提高孩子的综合素质，关键在于帮助孩子树立自信心。

阅读本书，让孩子在轻松愉快中认识到自信的重要性，树立自信，勇敢地迈向成功之路。

本书由高长梅主编。



<<培养有自信心的中学生>>

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:<http://www.tushu007.com>