

<<杰出青少年必知的生存智慧>>

图书基本信息

书名：<<杰出青少年必知的生存智慧>>

13位ISBN编号：9787801953490

10位ISBN编号：7801953495

出版时间：2006-2

出版时间：九州出版社

作者：郭泮

页数：233

字数：240000

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>

## <<杰出青少年必知的生存智慧>>

### 内容概要

是否枯燥的哲学与伦理著作早已使你厌烦，而你又找不到一本合适的书？

如果你抽不出很多时间来细细阅读一本书，你在为生活奔波之余，在纷繁复杂的观点中无从取舍，那么，你一定会需要这样的一本；它颂扬一种积极向上的价值观，令你在多歧的人生路口能够选择正确的道路。

作为一个整天忙碌的现代人，你是否曾有这样的体会：这个世界错综复杂又变化太快，生存于世，有时会感到茫然而无头绪，有时又会觉得人生荒谬得没有意义……作为一个爱思考的人，你是否经常会不由自主地去思考人生的目标与方向，价值与意义……翻开本书，你将领悟到许多的人生哲理。

本书颂扬一种积极向上的价值，从14个方面阐述了人生中的智慧，令你在多歧的人生路口能够选择正确的道路。

揭示了人生中的一些重要道理。

在本书中，这些故事与案例独自成篇，而又分门别类，组成了一个有机的整体，有利于读者在轻松阅读的同时，能够深刻领悟人生中的一些奥妙。

只要你打开它，不论是信手翻阅，还是仔细阅读，都会带给你极大的启迪。

## <<杰出青少年必知的生存智慧>>

### 书籍目录

第一章 生存从独立开始 1. 自立是生存的开始 2. 自理是迈向成熟的第一步 3. 坚决摒弃依赖 4. 这些事该自己动手了第二章 知识是生存的保障 1. 在生活中增长才干 2. 学习是生存的根本保障 3. 无知是荒唐的同义词 4. 学习的目的是为了提高生存能力第三章 合作成就精彩人生 1. 朋友就是未来的路 2. 结交朋友要慎重 3. 忘记朋友的缺点, 记住朋友的长处 4. 在合作中寻求双赢第四章 向成年人学生存经验 1. 接受野外生存挑战 2. 从成人那里学会聚宝 3. 劳动是一件快乐的事第五章 好习惯让我们受益终生 1. 生活习惯无小事 2. 读书习惯会让人生更精彩 3. 养成锻炼身体的好习惯 4. 养成健康饮食的习惯 5. 自觉不当烟民 6. 常见疾病的认知与防范第六章 目标铺就生存之路 1. 有目标才有生存 2. 不想当将军的士兵不是好士兵 3. 化大目标为小步骤 4. 在特殊的环境里激发远大的目标第七章 良好的表达能力助你事半功倍 1. 表达能力是生存精彩的基石 2. 把握恰当的交流时机 3. 经常参加辩论赛第八章 努力提高自身的修养 1. 善待身边所有的人 2. 诚实是交往的第一准则 3. 注重待人接物的礼貌细节 4. 用尊重架起友谊与成功的桥梁第九章 学会适应环境 1. 培养自身的承受能力 2. 适应才出色 3. 改变不了环境就改变自己第十章 有效地调控情绪 1. 保持健康情绪的几种方法 2. 正确对待得与失 3. 发泄不良情绪的几个出口第十一章 法律是最好的护身剑 1. 青少年应该懂得的基本法律法规 2. 守法是免除祸端的保障 3. 用法律为生存筑一道“防火墙” 4. 用法律维护权益第十二章 将压力变为动力 1. 化解来自学习上的烦恼 2. 放下来自社会的压力 3. 平静对待生活中的酸甜苦辣 4. 把压力变为动力的有效措施第十三章 注重安全常识学习 1. 居家也要注意安全 2. 远离不良诱惑就安全 3. 识破形形色色的骗局第十四章 自救的几种常规模式 1. 火灾自救的几种方法 2. 水灾(泥石流)自救的几种方法 3. 地震自救的几种方法 4. 交通事故自救的几种方法

## <<杰出青少年必知的生存智慧>>

### 章节摘录

书摘1. 自立是生存的开始 自立应是一个能使自己变得更好的机会。

——(法国)加缪 香港巨富李嘉诚的两个儿子李泽钜和李泽楷在美国斯坦福大学毕业后，想在父亲的公司里干一番事业，但被李嘉诚果断地拒绝了：“我的公司不需要你们！还是你们自己去打江山，让实践证明你们是否适合到我公司来任职。

”兄弟俩去了加拿大，一个搞地产开发，一个投资银行。

他们克服了难以想像的困难，把公司和银行办得有声有色，成了商界出类拔萃的人物。

李嘉诚的“冷酷无情”，把孩子逼上自立、自强之路，陶冶了他们勇敢坚毅、不屈不挠的人格和品性。

自立是生存的开始。

如果总是要依靠着别人的搀扶才能行走，总是要得到别人的指点才能行动，总是在别人的照顾与帮助下才能正常地生活，这个人的存在就不是生存，充其量只能叫做“活着”。

从李嘉诚教育孩子的方法中，我们也能看出这样的道理：以他的财富，他的孩子怎么花也花不完，可是，他依然要求孩子从零开始，从自立开始。

同样，大到一个国家，小到一个人，自立都是生存发展的基础。

自立就像是河流的源头，一切汹涌澎湃，伟大与渺小，高尚与卑微，豁达与狭小，都是建立在自立的基础上的。

一个国家没有自立，就没有国格；一个人没有自立，就没有人格。

既然自立如此重要，那么作为国家的未来、明天的希望——青少年，更应该自立起来，我们的国家才能繁荣富强。

但是，从那些养在温室的花朵中间，我们看到了什么呢？有的青少年作业一定要在家长的陪同下才能完成；遇到问题，常常不假思索，张口就问，以至于同一道题目做了很多遍，还不能独立完成；有的青少年遇到困难掉头就走，再不就向他人寻求帮助，从不尝试自己动手解决；有的青少年不严格约束自己的行为，小小年纪就开始吸烟、酗酒，还振振有辞地认为自己已经长大了，可以自己做主选择生活方式了；自立不是像爬山虎一样，依附着别人才能生长，自立也不是自作主张。

自立是像留学日本的男孩Ben说的那样：“是对自己现在和未来的生活负责任。

” Ben是一个朝气蓬勃的男孩，2003年4月去日本留学，深深地体验了什么才是自立生存。

他一年多来的苦日子——边打工边读书早已成为习惯。

学费和生活费都是靠他自己打工赚的。

每天上完学校6小时的课后，就用接下来的8个小时去打工。

洗盘子、工厂做工、发传单、送外卖、超市收银……他一天工作8小时，一个星期工作6天。

晚上赶完夜工，再去上学，上完学再去超市。

学校的出勤率必须保持在90%，以上，工作也很辛苦，他一天只能睡7个小时，夜工的时候就只能睡两小时。

“在日本我一天洗12个小时，到家倒在床上就睡着了，” Ben说，“在日本边打工边读书的这一年多，我才知道‘累’字是怎么写的。

” Ben变了很多，最大的变化也许就是自立、对自己负责了。

他以前上学的时候，昏天黑地地玩，根本就是在混日子，但现在他对生活、对工作、对学习都认真多了。

问他去日本最大的收获是什么，他说：“对自己现在和未来的生活负责任。

”所以说，“总在窝里的鹰永远也不会飞”，要做到自立自强，有时候就要对自己有一股“狠”劲儿，要逼着自己经历风吹雨打，哪怕冻得牙关紧咬；要扛起最重的担子，哪怕压得气喘吁吁。

在美国的南部，一些州立学校为培养青少年自立的能力，特别规定：学生必须独立谋生一周方能予以毕业。

条件似乎苛刻，但却使学生们获益匪浅。

所有的青少年没有一位“拖后腿”、“走后门”、“搞小动作”的，他们有句口号：“要花钱，自

## <<杰出青少年必知的生存智慧>>

己挣。

” 美国青少年从小的时候开始，不管其家里多富有，男孩子12岁以后就通过剪草、送报等零工方式赚些零用钱，女孩子则做小保姆去赚钱。

14岁的詹妮每周礼拜六要去餐馆打工，母亲告诉她，你完全可以在家里帮妈妈干活，照样可领取工资。

但詹妮觉得在家赚自己母亲的钱不是本事，她一定要去外面赚钱来表示自己有自立的能力。

杰出青少年就要像詹妮一样，必须学习放开父母的手，凭借自己的能力应付事情。

自立就要承担生活的责任。

你要知道，责任不是一个重担，而是一种享受和参与。

不要感到它是压在心头的包袱，可以逃避就设法逃避，逃不了就勉强挨过去。

自立是杰出青少年必须闯过的一道难关，也是所有人生存下去的必然要走的道路。

从现在开始，锻炼你的自立能力吧，它将为你未来的生活增添绚烂的光辉！

尝试自立的小方法： 1. 多参加课外实践活动，在实践里锻炼自己的意志品质，培养自己吃苦耐劳的精神，积累自立的经验和方法。

2. 自己的事情自己做，从小事做起，不再依靠父母为你洗衣、叠被。

3. 勇于承担责任，要为自己做过的事情负责，受到表扬的时候不骄傲，犯了错误勇于承认，并及时改正。

4. 学习并从事一些力所能及的劳动，树立用劳动创造财富的思想，并在劳动的过程中摸索自立的经验。

5. 积极锻炼身体，身体是健康的保证，也是自立生存的保证，坚持每天锻炼，有助于你承受更大的压力，迎战更艰巨的挑战。

P2-4

<<杰出青少年必知的生存智慧>>

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>