

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

图书基本信息

书名：<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

13位ISBN编号：9787802501416

10位ISBN编号：7802501415

出版时间：2010-3

出版时间：中国言实

作者：赵宇

页数：177

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>

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

前言

有一个学生问他最景仰的老师：“您说学习成绩优秀的关键是什么啊？”

”“两个字——心态。

”说完，老师讲了一个自己亲身经历的故事：曾有一个女孩，高考前参加了一次模拟考试。这一考，把她的心考乱了。

本来，这个学生的成绩很好，所以，她报的第一志愿是清华。

为了让学生提前进入高考现场氛围，那个女孩所在的那个学校，找了几套模拟题发给学生做。150分的数学试卷，女孩平常基本上都在工40分左右。

可是，那次一做数学卷子，她得的分数才100分。

那个女孩就慌了，心想还有不到一个月就高考了，可数学出现这么多的问题。

她觉得考不上清华，觉得志愿报错了，于是就跟家长提出来，说：“不行，我不能考清华了，与其考清华落榜，还不如给自己选一个低一档的学校。

”于是父母辗转托人找关系，想修改填报的志愿。

但是并没有成功。

正在一家人焦急沮丧的时候，碰见了我。

弄清楚情况后，我决定跟女孩谈谈。

我说：“你马上就要高考了，你不会的问题是客观存在的，这一点你承认不？”

”她说：“对。

”

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

内容概要

为什么有五种本领还输了——学会克服“贪婪”心理、随手将“金子”丢进海里——学会面对习惯心理、爱找借口的狼——改正“找借口”的错误心理、蚂蚁的追星梦——改正盲目崇拜的错误心理等。

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

作者简介

赵宇，安徽省灵璧中学高级教师，全国中学教育科研联合体理事，主要从事教育心理学、化学教育等方面研究。

高考研究专家，学科兼职教研员，2007年被评为宿州市“教坛新星”，2008年被破格评为宿州市“学科带头人”，享受政府津贴，2009年获得“学科高考成绩优秀奖”。

主持过《“自学·互研·导拨·反思”式课堂教学模式探究及实践》等省级、国家级课题。2009年，研究报告《探究展“个”性，开放展“人”性》获得国家级课题成果一等奖。

在《现代中小学教育》、《教育理论与实践》等国家级刊物上，相继发表教育教学类文章百余篇。

期间有多篇荣获国家级、省级奖项，并被同类期刊转载。

曾多次受邀请到合肥、河北、山东、青海、北京等地作巡回式学术报告，并多次在各级高三化学高考迎考备考研讨会上作专题演讲。

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

书籍目录

自序 / 1前言 / 5第一章 杰出青少年必须知道的17个成长心理不敢说话的推销员——学会克服羞怯心理 / 2喜欢出风头的葡萄——学会克服任性心理 / 4“你给我滚开吧”——正确认识“自由” / 5为什么有五种本领还输了——学会克服“贪婪”心理 / 7随手将“金子”丢进海里——学会面对习惯心理 / 8爱找借口的狼——改正“找借口”的错误心理 / 10蚂蚁的追星梦——改正盲目崇拜的错误心理 / 11手指争功——培养自己的合作意识 / 13那条路我喜欢——学会克服叛逆心理 / 15国王候选人——学会克服懦弱心理 / 17博学的老鼠不识“灭鼠药”——学会克服“好面子”心理 / 18鸚鵡为什么排名最后——学会克服从众心理 / 20失斧疑邻——学会克服猜疑心理 / 22小花猫离不开大黄狗——学会克服依赖心理 / 23用别人的羽毛装扮自己——学会克服虚荣心理 / 25所有的花草树木都枯萎了——学会克服攀比心理 / 26来回奔跑的山羊——学会正确的自我认知 / 28第二章 杰出青少年必须掌控的15种情绪天堂与地狱的差别——学会控制情绪 / 32三个人看蜘蛛爬墙——学会克服悲观心理 / 33“这回睡不着觉的不是你了”——学会克服焦虑心理 / 35年轻人寻访记——学会克服烦恼心理 / 36心跳加速的小兔——学会克服紧张心理 / 38老虎被吓得转头就跑——学会克服恐惧心理 / 40大家不愿意搭理熊——学会克服孤独心理 / 41鸭子和天鹅学艺——养成不抱怨的好习惯 / 43老铁匠的第一次失眠——学会克服浮躁心理 / 44驴子想唱歌——学会克服冲动心理 / 46“我要报仇”——学会和自己厌恶的人相处 / 48“自己不气，哪来的气”——学会克服愤怒 / 50一对沉默的夫妻——学会站在对方的角度看问题 / 52禅师与吵架的夫妇——学会从自身找原因 / 54囚禁自己40年的人——学会克服报复心理 / 55第三章 杰出青少年要了解的11种情感“把爱请进门”——爱是什么? / 58给妻子“催肥”——学会克服自己的占有欲 / 59杯子在哭——决不轻言放弃 / 61书生的前世今生——学会克服悲伤心理 / 62寻找赤脚为你开门的人——感恩母爱 / 64死而复生的鹈鹕——感恩父爱 / 65小猪不帮忙——如何获得真正的朋友 / 67小老鼠也能派上用场——养成知恩图报的好习惯 / 68母亲送菊花——学会与人分享 / 70男孩钉钉子——克服恶语伤人的坏习惯 / 71太阳和风比谁最强大——与人相处更应多份真诚与体贴 / 73第四章 杰出青少年要懂得的15个社交心理猴子装博学——伪装，经不住时间考验 / 76蛇头与蛇尾的对话——学会克服偏见心理 / 78长得和蔼可亲就是好人——外貌仪表不是识人的唯一标准 / 79灰鼠借食物——决不可将自己的想法强加于人 / 81对自己外貌感到满意的动物——学会反省自己 / 82藐视猫头鹰的鹰——学会克服自己的狂妄心理 / 83邻居的“关怀”——识别虚伪面孔下的歹意 / 85老虎被“窥探”——学会尊重别人的隐私 / 86狼与狐狸较量——不是聪明人，就不要耍聪明 / 88失去的美味——学会克服自闭心理 / 89鹤鸟请客——学会包容 / 91做到最高尚的事——宽以待人 / 92下蛋的传奇故事——学会选择朋友 / 94“偏心”的教练——学会赞美别人 / 96睿智的黄蛇——吃亏就是占便宜 / 97第五章 杰出青少年要锤炼的15个意志心理一心享福的小鸟——不要让安逸蒙蔽你的双眼 / 102寒号鸟和猴子搭棚子——决不拖延 / 103不肯远行的蜗牛——逃避等于懦弱 / 105没捡更多的鹅卵石——学会接受那些已经发生的事情 / 107猴子的无动于衷——永远不说“我不行” / 108积极信息给予老人动力——相信自己 / 110一个师傅教出两种徒弟——做一个专注的人 / 112小泥人的追求——做一个有决心的人 / 113丹顶鹤绣花——做一个有主见的人 / 115“我只看到了骆驼”——做一个有目标的人 / 117“自甘堕落”的鸡——做一个有进取心的人 / 118心灰意冷的遇难者——自己拯救自己 / 120酿酒秘笈——做一个脚踏实地的人 / 121提高警觉的小狗——抛弃侥幸心理 / 123飞那么高有什么意义——做一个有雄心的人 / 124第六章 杰出青少年要完善的14种人格不断攀爬的常春藤——克服嫉妒心理 / 128……第七章 杰出青少年要修炼的14种健康心态后记

章节摘录

插图：故事的主人公想当推销员，但自身有很大“缺陷”——害羞。

每当他与人交谈时不但紧张、脸红，甚至连话也说不清楚。

最后，在大师的耐心指点下，这个人不仅克服心理障碍，敢于“张口说话”，而且实现自己的理想，成为一名优秀的推销员。

生活中，每个人都有害羞的时候，只是害羞的原因千差万别：有的人天生胆小内向，是性格原因使然；有的人认识有误，怕在人前出丑有损自己的面子；有的人十分敏感和自卑，过于在意别人对自己的评价而显得缩手缩脚，表现得不自在……心理学家认为，偶尔的羞怯在所难免，但若在交往中经常为羞怯的心理所笼罩，就需要加以克服了。

特别是年轻人，羞怯容易使自己丧失进取的机会，失去许多本可以交到的好友，错过领导或老师赏识你的可能性，漏掉展示自我、发挥才能的时机，等等。

羞怯心理会阻碍一个人的发展，束缚他前进的脚步。

所以，一定要克服羞怯。

为了克服羞怯，可以采用一些训练方法。

例如与人谈话时看对方的眼睛，增强自己的胆量；在大庭广众的场合中，全神贯注地做自己的事情，不必害怕别人的议论；多结交个性开朗的朋友，学习他们泰然自若的风度举止……总之，只要你有信心、肯努力，就没有跨不过去的障碍，何况仅仅是羞怯的心理呢？

后记

自脑海中有了整个书稿的纲目之后，愉快地度过了一段时光——我就要完成人世间一项很重要很重要的文字工程了，意义能不非凡？

那时候，觉得自己马上就要成为世界上最富有的人了。

我是多么的激动与幸福！

岂不知，真正到了查阅文献、整合材料与后来进入写作的时候，我几乎无法相信整个完稿过程是那么的艰辛。

但也有意想不到的快慰，有时，我仿佛变成了一只洁白的羔羊，与“亲爱的”狼群共舞，森林与湖水成了我温暖的家……原本获得物质收益的愿望，竟这么容易地成为了记忆。

我的精神世界得到了极大的安慰与满足，无论在心理学知识方面，还是在教育学实践方面，我都有一种豁然开朗的感觉，原来人类社会的一切欢乐与痛苦却可用这样的方式来理解和阐释，这人类智慧宝库中的成果再也无法令我释怀了，何况，老虎、狮子包括一只蚂蚁等都成了我最知心的朋友！

其间，理性的思维与知性的启发已形成一种美妙的和谐。

在这里我要衷心感谢支持我的各界朋友对本书撰写过程自始至终的关怀和精心指导。

是他们给予了我无私的帮助，是他们引导我步入科研的道路，教会我做研究的方法。

他们渊博的知识、实事求是的科学态度、严谨缜密的治学方法、诲人不倦的育人品德激励我不断前行。

同时，我要感谢我的家人，没有他们的理解和生活上无微不至的关怀，我是难以完成这部书稿的，他们给予我的支持和勇气，让我充满了信心。

媒体关注与评论

如果能够及时调整心态，积极乐观地对待每件事，可是个大本事呢！——著名心理学专家、“知心姐姐”卢勤教育的最终目的，在于完善人格、健全心灵。

——著名青少年研究专家孙云晓良好的心理状态是高考成功的一半。

——著名心理学专家、高考研究第一人王极盛

<<影响世界青少年的101个心理寓言>>

编辑推荐

《影响世界青少年的101个心理寓言》：有什么样的心灵，就有什么样的人生没有好心理就没有学习的好状态，没有好心理就没有幸福的未来给予心灵营养的成长寓言集提升心理素质的智慧枕边书

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>