

<<告诉世界我能行>>

图书基本信息

书名：<<告诉世界我能行>>

13位ISBN编号：9787205076030

10位ISBN编号：720507603X

出版时间：2013-4

出版时间：李洪本 辽宁人民出版社 (2013-01出版)

作者：李洪本

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：<http://www.tushu007.com>

<<告诉世界我能行>>

前言

成长对于我们中学生来说，是那样的不可思议，就好像一颗种子慢慢地从泥土里伸出它那细长的茎，朝着天空的方向长叶、开花、结果。

我们觉得自己羽翼已丰，可以脱离父母，独自去飞翔。

我们对父母的管教越来越不耐烦、越来越排斥。

我们以为自己的判断是对的，自己的未来必将与众不同，却不知，我们正悄然滑入成长错误的泥沼，一不小心就成了“问题少年”。

汪斌上初二，自从染上了网瘾，不但经常找妈妈要钱逃课去上网，还经常和社会上一群不良青年混在一起。

汪斌的妈妈三年前离婚，又没有正式工作，就靠在家接点零活和前夫一个月300元的抚养费生活，生活并不宽裕。

但如果不能满足汪斌的要求，他不仅打骂妈妈，甚至还拿打火机烧掉家中的床铺。

汪妈妈将儿子称作“魔鬼”，最后无奈将儿子送到了一所专门矫正“问题少年”不良行为的学校。

有时候，我们并没有意识到自己的行为有多严重，也不知道它对自己的未来会产生什么影响，甚至觉得自己的做法也没什么大不了的。

也许开始的时候，的确不是什么大错，但最怕日积月累，成为坏习惯。

譬如，最开始，我们说谎仅仅是因为害怕承担事实带来的不良后果，比如考试成绩差，怕回家挨骂挨打，就下意识地选择了说谎。

一次、两次，结果多数时候都侥幸逃过了惩罚，说谎就成了习惯。

很多时候，不需要说谎，我们也会不由自主地说谎。

而慢慢我们又会发现，一句谎言需要说100句谎言来圆。

这简直成了一个旋涡，我们困在其中，难以自拔。

譬如，我们会觉得写作业着什么急，先玩一会儿再写不迟。

结果，养成了拖延的坏习惯。

等到了社会上，这个毛病害人可不浅。

你拖延工作，可能会被开除；你拖延去医院，可能会病入膏肓；你拖延行动，你的目标永远也不会实现。

譬如，我们会不由自主地与别的同学攀比，你看A同学的老爸是局长，B同学的家在别墅区，C同学家的车是奔驰。

也许这都是不经意的，但如果放任自己的这种攀比心理，那么，我们也许会因此而自卑，变得喜欢抱怨、仇富，甚至会用嘲讽、抢劫等出格的行为来平衡内心。

我们是不是在虚荣、嫉妒、攀比中迷失了自己？

我们看待问题是不是偏激了一点？

我们是不是习惯了推卸责任，为自己辩解？

我们是不是很容易因为一点成绩而自大骄傲？

我们是不是遇到一点挫折，就心灰意冷，想要破罐子破摔？

我们是不是也会看不到读书的出路，徘徊在“中国人干吗学英语”中？

我们是不是遇到了蒙眛的情感，过早地品尝了爱的涩果？

我们是不是因为压力太大，而滋生出太多负面情绪，却又无法排解？

我们是不是受非主流的影响，而爱上了自虐、喜欢上了叛逆、恋上了追星？

这些错误，就像成长路上带刺的黑玫瑰，虽然妖艳瑰丽，却会刺伤我们。

当我们满不在乎地打架斗殴、抽烟酗酒、恃强凌弱，当我们无法控制的迷恋网络、沉迷色情、热衷星座，我们变得越来越焦虑、急躁、贪玩、好高骛远。

结果，只会把自己拖入黑暗的深渊。

成长的路上有很多个岔路口，也会有许多像唐僧取经途中那样的诱惑与灾难。

当我们在路途中不知所措，迷茫徘徊的时候，让我们轻轻打开这本书，面对成长中最容易犯的38个错

<<告诉世界我能行>>

误。

告诉世界我能行，并不是一句简单的口号，而更多的是我们的实际行动。

<<告诉世界我能行>>

内容概要

《告诉世界我能行(2规避最容易犯的38个成长错误)》简介：有位哲人曾说：人的一生，要走很多路，但关键的就是几步，特别是在年少的时候，培养良好的习惯和品格最为重要。有些弯路不要去走，躲开这些最容易犯的成长错误，就会缩短走向成功的距离。

让我们轻轻打开李洪本编著的这本《告诉世界我能行(2规避最容易犯的38个成长错误)》，面对成长中最容易犯的38个错误。告诉世界我能行，并不是一句简单的口号，而更多的是我们的实际行动。

<<告诉世界我能行>>

书籍目录

前言说谎——为什么有时候我总是不由自主地说讲话懒惰——事情真的很麻烦，就是不想去干拖拉——反正还有时间，还是再玩会儿吧虚荣——一定要做一件让同学高看我一眼的事情嫉妒——为什么老师、同学总是夸奖他攀比——别人穿名牌我也必须要穿骄傲——看看我，厉害吧自私——让别人分享我的东西实在很不爽自卑——为什么我总是比别人差一些自恋——我觉得我在班里长的最好看自虐——折磨一下自己就感觉解脱了很多似的狡辩——凭什么是我错了，明明就是他的不对羞怯——总是不敢面对陌生人和公开发言敏感——我总会对别人的言行有很多想法多疑——那谁谁是不是又在说我的坏话任性——我想什么事情都要听我的脆弱——我真的接受不了现实消沉——就这样吧，再努力也改变不了什么叛逆——就是要和父母老师对着干焦虑——为什么我总感觉不踏实偏执——为什么我做事总是一根筋粗心——我也想改掉不细心的坏习惯贪玩——总是无法控制自己的手脚厌学——学习这些课本知识到底有什么用啊作弊——考试不想那么低分，做事情就想投机取巧偷窃——总想不劳而获地去得到某些东西邋遢——我就是不想整理自己的房间强迫症——我是不是出门忘记锁门了缺乏主见——我总是作不了决定好高骛远——这么简单的练习题根本没必要去做不懂感恩——别人对我的好那是他自愿的迷恋网络——游戏闯关、QQ聊天比学习有意思多二来丢三落四——不过是忘了，有什么了不起悲观——我的天空总是灰的优柔寡断——我总是左右为难耽于幻想——想得很多，做得很少紧张——每到考试我就成了绷紧的弦儿冲动——离我远点，我脾气不好

<<告诉世界我能行>>

章节摘录

说谎 ——为什么有时候我总是不由自主地说假话 经典案例 对老师撒谎，是因害怕被爸爸批评 初二的谢宇轩平时爱在课堂上捣乱，从不认真听讲。

一次，他在课堂上睡觉被老师抓个正着，老师让谢宇轩请家长。

老师见过谢宇轩的爸爸之后，谢宇轩回家就被爸爸狠狠地骂了一顿，就连平时护着他的妈妈也数落了他几句。

此后，老师再让谢宇轩请家长，他就对老师撒谎说：“我爸爸妈妈离婚了，我妈妈和别人去国外了，爸爸晚上很少回家。

”甚至是开家长会的时候，他都从外边雇一个“爸爸”来参加自己的家长会。

谢宇轩说：“我不想让老师跟爸爸告状！

我爸脾气上来的时候，真的会打我。

”为了不让妈妈失望，我把60分改成了90分 初三的赵梦是个体贴的孩子，小小年纪很懂得心疼父母，而父母对她的期望也很高，一直都希望她能够考上重点高中。

一次测试，赵梦的数学成绩只有60分，当她把成绩单拿给妈妈看的时候，妈妈对她说：“赵梦，你以后要好好考，妈这辈子的希望全在你的身上了，你要是考不上重点高中，怎么对得起你妈我呀！

”晚饭后，赵梦听见妈妈在厨房里不停地叹气。

期末考试，赵梦的数学成绩还是60分，不过她这次把60分改成了90分。

看到妈妈开心的样子，赵梦也很开心，仿佛自己真的考了90分一样。

认识错误 我们之所以撒谎，往往是为了逃避老师和爸爸妈妈的责罚。

多次尝到这种甜头后，我们会慢慢习惯隐瞒那些不好的事实，能骗就骗，能蒙就蒙。

实际上，说谎一旦成了习惯，对我们的成长非常不利。

很多时候，因为突然的情况，我们的谎言会冲口而出。

为此，我们会感到内疚、焦虑，担心谎言被拆穿，甚至是后悔和自责。

如果别人知道了我们在撒谎，就会认为我们是一个不诚实的人，不愿意和我们交朋友。

慢慢地，我们也会失去老师、同学、朋友、家人的信任，给别人留下不好的印象。

说谎的时候，我们也有可能伤害到父母、老师等其他和自己有关系的人，甚至有的人还会在背后说我们的坏话。

重要的是，谎言被拆穿后，我们也会很没有面子。

说谎，不仅会给我们正常的学习和交往带来困扰，对我们自身的健康也是很不利。

医学研究表明：撒谎会严重影响身体健康。

在说谎的时候，我们的全部神经都会受到影响，新陈代谢、脉搏跳动、血压高低、呼吸急缓等，都会因撒谎而出现反常现象，引起情绪上的紧张，干扰各种器官功能的正常运行。

我们正处于世界观、人格的形成期，虽然行为容易有偏失，但是这种不良的倾向也容易矫正，所以，只要我们多加注意，就能够克服自己爱说谎的习惯。

改正错误 / 我们自己改正撒谎的坏习惯 改掉撒谎的坏习惯，我们该怎么做？

在撒谎之前，要学会站到对方的角度去想一想，不要总想着自己 我们虽然能够区别自己和他人的想法，但却不能明确区分自己关心的事物和他人所关心的事情有什么不同。

比如，我们在撒谎时，都会感觉自己很委屈，认为撒谎是有理由的，却没有考虑过对方被欺骗是怎样的感觉。

如果，这时我们能站在对方的角度去考虑，那我们就可以体会到被欺骗的感觉。

如果我们自己不愿被欺骗，那为什么要骗别人呢？

所以，当我们再想撒谎时，要先想想如果别人对我们撒谎了，我们会怎么办。

<<告诉世界我能行>>

编辑推荐

成长的路上有很多个岔路口，也会有许多像唐僧取经途中那样的诱惑与灾难。当我们在路途中不知所措，迷茫徘徊的时候，让我们轻轻打开李洪本编著的这本《告诉世界我能行(2 规避最容易犯的38个成长错误)》，面对成长中最容易犯的38个错误。告诉世界我能行，并不是一句简单的口号，而更多的是我们的实际行动。

<<告诉世界我能行>>

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>