

<<金榜卢法>>

图书基本信息

书名：<<金榜卢法>>

13位ISBN编号：9787565000522

10位ISBN编号：7565000523

出版时间：2009-8

出版时间：合肥工业大学出版社

作者：卢业苗

页数：213

字数：299000

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>

<<金榜卢法>>

内容概要

家长望子成龙心愿如何实现？

学子金榜题名追求如何达成？

《金榜卢法》就是科学成才之法，是广大家长的参谋、益友，是莘莘学子的良朋、助手。

本书是作者众多著作中的一件很特别的珍品：三十年如一日吸纳、践行世界成才科学的精髓。与女儿卢山携手同行，卢山学有所成，作者经积累、升华，着眼于今天青少儿成才过程中的突出问题而成就此书——源于卢山、高于卢山的成才秘籍，传授真谛、点化迷津的家教宝典，简明实用、易于操作的益智路线图。

相信每一位读者都能掌握卢法、赶超卢山，都能实现教子成才望子成龙的心愿与益智成才金榜题名的追求。

<<金榜卢法>>

作者简介

卢业苗，安徽庐江农家子弟，毕业于安徽师范大学，曾任中华全国青年联合会（第七届）委员、安徽省政府发展研究中心《决策咨询》社长兼总编、安徽中医学院党委（第二届）委员；已出版十多部成功之道、励志、营销等方面的个人专著，其中多部畅销海内外（详见Google、百度等

<<金榜卢法>>

书籍目录

序前言一 真的有用确实有效前言二 求职感言卢山成长足迹与奖证资料选上篇 三要素 要素一 不懈追求的态度 ys1 用情感激活追求 情感与相关要素的认识 提高学习情感品质的措施 培养积极健康的学习情感 抓住根本, 培养健康人格 优秀与否, 取决不同态度 利用情感, 激活追求态度 ys2 用兴趣推动追求 兴趣与相关要素的认识 提高学习兴趣水平的措施 享受学习, 提高学习兴趣 鼓励探索, 激发学习兴趣 引导迁移, 培养中心兴趣 认识责任, 巩固学习兴趣 ys3 用抱负支撑追求 抱负与相关要素的认识 提高学习抱负水平的措施 培养积极远大的学习抱负 提高信心, 做最好的自己 巩固抱负, 需要自我激励 抱负水准, 需要适合自己 要素二 积极思维的方法 要素三 勤奋乐学的行为中篇 三阶段 阶段一 学前阶段 阶段二 小学阶段 阶段三 中学阶段下篇 四关键期 关键期一 婴儿期 关键期二 幼少期 关键期三 青春期 关键期四 中高考期后记 朋友, 您卢法了吗

<<金榜卢法>>

章节摘录

上篇 三要素要素一 不懈追求的态度ys 1 用情感激活追求情感与相关要素的认识情感，是指人在认识和对待客观事物时的或喜或厌、或爱或憎、或乐或哀……的某种态度体验。

这种体验的积累，就会转化为特定的心态、信仰。

可见，情感是激活追求的发动机、方向盘。

情绪和情感并无本质区别。

情绪是比较短暂、会随情境的改变而改变的情感，情感是比较稳定、反映本质指向的态度体验。

基于上述认识，我始终将培养卢山的积极健康情感，置于最优先的地位，以求用情感激活追求。

我总是用美国学者爱泼斯坦的观点告诫自己：“良好情感是学生获得学习成功的关键因素”，“情感的调节和控制，不仅影响智力发挥的效度和学习成绩的好坏，而且也影响孩子的个性品质；而所影响的个性品质，反过来又影响智力发挥与学习成绩。

”一般认为，智商（IQ）小于70的人属愚钝乃至痴呆，130以上为智力超常。

智力愚钝与超常的人极少，正常的占绝大多数。

智力正常人群中，智商高一点、低一点，不是学习优秀与否的主要因素，最根本的是后天的以情感为核心的学习态度。

美国《纽约时报》科学专栏作家戈尔曼在1995年撰写的《情感智商》一书中，最早提出了“情商”的概念及其构成系统。

他指出：真正决定一个人成功与否的关键是情商而非智商。

大多数学者都认为，对学生的学习而言，情商与智商是相互促进、相互制约的，二者缺一不可。

智商是必不可少的重要因素；情商是更重要、更决定性的因素。

卢山刚上小学前后测试的智商是90左右，属正常偏下，为不影响卢山益智成才的信心，我一直没有告诉她——正因为“正常偏下”，更加鞭策我要倾注心血、与卢山携手同行，力培养她的积极健康情感。

人格是指个人的尊严、价值和道德品质的总和，它包括个性、气质、性格等各种心理特征。

人格左右情感，并决定情商水平；情感体现人格，是人格形成的基础。

只有人格健康的学生，才能越走越辉煌；人格不健康的学生，纵然一时辉煌却随时可能会崩溃——近年来一再发生的学生杀人、自杀的悲剧，就是例证。

我以为，人格是人对客观世界的稳定态度以及与之相适应的习惯化了的行为方式。

一个情商水平高、人格健康的孩子，一辈子都会积极上进、让人放心！

因此，我在与卢山携手互动的家庭教育中，始终将她的健康人格，包括自信自尊、爱心孝心、自强不息、永不自满的情感与个性，作为培养的根本。

提高学习情感品质的措施1/培养积极健康的学习情感作为一种心理现象，情绪与身心健康密切相关，对神经系统、大脑和内脏器官的活动影响很大。

情绪愉快时，吃得香、睡得好、玩得乐、学得快；情绪不良时，不但会影响行为效果，还会损害身心健康；情绪反常时，甚至会造成种种意想不到的不良后果。

为此，我们亲子互动，始终不渝地努力提高卢山的情绪调控和情感调节的能力，注重培养她的积极向上、健康稳定的情感。

情绪有很强的环境依赖性。

家庭教育环境不良，专制过分或溺爱过度，都会致使孩子情感脆弱、自控能力差。

因此，我们努力为卢山创设关爱、和谐的成长环境，呵护她的纯洁心灵；注意正确体察和判断她的情绪，耐心引导她的情绪行为，不断提高其情绪调控能力；多表扬她的良好情绪表现，点拨不良情绪表现，引导她逐步学会用转移情境的办法调控情绪，用赏识教育结合挫折教育强化她的情感调节能力。

激发卢山发挥主观能动性，努力在学习生活的实践中更多地丰富情感体验，多积累积极、健康情感，多在生活中感悟“模拟考试”，以增强自己的心理调适能力，努力提高情感品质。

2/抓住根本，培养健康人格在早期家庭教育中，我在培养卢山的求知兴趣、开发潜能的同时，用主要精力引导她重视培养自己的健康人格，养成在益智成才、金榜题名的征途上学会做人、学会共处、自

<<金榜卢法>>

强不息、百折不挠的良好个性！

引导卢山从个性内含的两个方面，加强修养。

一是个性倾向性的修养，对学习充满追求感和使命感，对家庭、社会充满责任心；二是个性心理特征的修养，规范自己的行为方式，严于律己、宽以待人，有远大抱负和坚定信念，勤奋乐学、自强不息。

作为人的稳定的态度体系和习惯化了的行为方式，性格和智力的发展是相互制约、相互促进的，这正如爱因斯坦所说：“智力上的成就，在很大程度上依赖于性格的伟大。

”为引导卢山的良好性格，改塑性格中的不良品质，我们首先要求自己努力养成高尚的道德情操，用良好的言传身教让她受到感染和熏陶；从培养责任意识 and 抗挫能力入手，不断增强她调控不良情绪的自我意识与能力。

引导卢山加强自我修养，促进良好人格的发展。

积极鼓励卢山以热爱生活、享受学习的态度，对现实的学习环境积极适应，对繁重的学习压力乐观进取；注意对卢山多鼓励、少批评，多引导、慎责骂，多关爱、不溺爱，多言传身教、少专横压制——以良好氛围，育良好人格。

3/优秀与否，取决不同态度宋代杰出政治家王安石曾写过一篇题名《伤仲永》的文章，说的是有个叫方仲永的人，五岁时就能做诗，可以说是天才苗子。

其父常常带着他到处招摇炫耀、吃喝玩乐，却不重视培养他的追求态度，结果“泯然众人矣”。

方仲永的教训使我明白，不懈追求的态度，是益智成才的熔炉。

我们做父母的，不必为孩子智商不高而悲观失望，更不应自暴自弃；也不能因孩子智商偏高而沾沾自喜，更不应自我陶醉。

爱迪生说：“天才是百分之一的灵感加百分之九十九的汗水。

”这汗水，就是情商的结晶。

我们亲子互动，让卢山逐步认识：学习是一种生活方式，益智成才是一种选择。

你从一生长下来到高中毕业大约18年时光（此后亦如此），都是在学习。

不懈追求、积极思维、勤奋乐学——是一种学习；不思进取、浅尝辄止、自满厌学——是另类学习。

前者自然能益智成才，后者难免会无所作为。

既然都是18年左右的学习时光，那么，我们为何不选择前一种生活方式呢？

——为避免卢山滋生自满自足心理，我一直与她携手同行，不断激发不懈追求的态度，而没有过早地撰写、出版此书。

4/利用情感，激活追求态度情感是态度的核心。

学生的情感可以影响、甚至左右感知觉的选择，支配行为主体在学习中的积极适应、乐观进取还是设法逃避、自满厌学。

因此，情感品质是激活还是窒息追求态度的根本因素。

为更好地利用和调动情感以激活追求态度，我们亲子互动，努力激发卢山不断提高自己的认识情感、调节情感和约束情感的能力。

提高认识情感的能力。

努力引导卢山：一是提高对自己情绪的正确了解、自我评价和表现认可的能力；二是提高了解情绪的产生原因、恰当地抒发情绪、利用言语表达情绪的能力；三是提高察觉和理解别人的情绪、善于传递自己情感与别人交际的能力等。

提高调节情感的能力。

引导卢山提高对自己的情感反应进行选择、控制与激发的能力。

消极情绪对学习态度，是十分有害的。

“人无压力轻飘飘，并无压力不出油。

”因此，要努力化消极情绪为积极情绪；对自己保持适度的情绪压力，以不断激发自己的不懈追求态度。

提高约束情感的能力，主要是遵循社会道德规范和行为准则，按照自己的学习计划和抱负的要求，对自己的情绪反应及激活态度方式的自我约束能力。

<<金榜卢法>>

为提高约束情感的能力，我努力引导卢山不断提高自己的道德感、理智感、美感等高级情感水平，提高责任感和积极自我意识。

我努力要求自己用积极、健康的情感对卢山施教，在尊重中引导，在关爱中点拨。

我知道，不负责任地贬损、责骂，过多的限制、批评，家庭成员关系紧张，都会使孩子形成某种程度的胆怯、孤僻、冷漠、自卑，对人不信任、过度反抗、好走极端等不良情绪；过于溺爱娇宠，无视教育的责任，甚至几代人比着宠，会形成孩子某种程度的任性、乖僻、懦弱、依赖、浮躁、自由散漫、自以为是、不求上进等不良情绪。

而不良情绪是滋生消极情感与不良人格的温床——这是我所努力避免的。

<<金榜卢法>>

编辑推荐

《金榜卢法》：家长教子成才、望子成龙心愿如何实现？

学子益智成才、金榜提名追求如何达成？

《金榜卢法》就是科学成才之法——笔者探索这一问题的理论与实践相结合的心血结晶，是笔者和女儿卢山亲子的倾情奉献。

笔者深信：每一位读者都能掌握卢法、赶超卢山，都能实现教子成才望子成龙的心愿与益智成才金榜提名的追求。

<<金榜卢法>>

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>