

# 中学生心路——初饮人生



[中学生心路——初饮人生\\_下载链接1](#)

著者:徐岫茹／王文雄

出版者:海天出版社

出版时间:1998-12

装帧:软精装

isbn:9787806159330

《初饮人生》从中学生的心理出发，通过不同人物的经历和对话及分析，来剖析中学生生活的酸甜苦辣，从孩子们的心理出发来了解每个不同的孩子行为的原因和学习的态度及方法，从不同的侧面来向孩子们介绍学习的方法和注意事项，同时，也在提醒父母和老师们怎么样正确去对待孩子们，对待学生们，这是一本中学生们学习指导的书，也是父母老师们引以为戒的书。

## 作者介绍:

王文雄1959年毕业于清华大学机械制造系。高级工程师1988年以来从事心理学方面的学术活动和社会服务工作，毕业于中科院心理所函授大学。与徐岫茹合译、合著书五种。《学儿歌解任问》（上下册）儿童画册为第一作者。多次承担全国健康教育与心理健康培训班授课，多次承担中小学、大专院校、医护、铁路、银行等系统的有关心理健康、健康教育等的培训与讲座工作。多次参与广播电台、电视台的直播节目和系列讲座等节目。在报刊杂志上发表30余篇有关心理健康的科普文章。曾在华理心理咨询中心做热线咨询工作；还承担北京市中小学生热线电话、中学生“燃灯热线”等心理咨询工作；承担儿童、青少年与家教个体咨询与团作咨询工作。

徐岫茹1970年毕业于北京大学哲学系心理专业。现任中国健康教育研究所副研究员，心理咨询中心副主任。多年来从事学校健康和青少年心理健康方面科研工作。近年来发表心理健康方面科普文章约600余篇。其著作有《心理健康你我他》、《青春期家教漫谈》、《教孩产保护自己》等共十种，与他人合著的健康教育教材、心理学科普书籍等共计约30余种。每年承担各类培训授课约100课时以上；参与各种电视、广播节目制作，担任嘉宾娄十次。1996年被评为全国秋普工作积极分子。1997年被评为全国心理学科普积极分子。现为北京市心理卫生协会心理咨询专业委员会成员。

## 目录: 一、青春为伴读书难

1. 没心思学习的苦恼
2. 落魄的“差生”
3. 注意力缺乏症
4. “坏学生”要留级
5. 好学生的心理压力
6. 中学生与小学生的不同
7. 不要怨天尤人
8. “思维搁浅”的危害

## 二、我们不是学习的机器

1. 被操纵得身心疲惫
2. 麻木的“听神经”
3. 斥责之声不绝于耳
4. 用同一把尺子衡量
5. 作文命题的困扰
6. “强迫症”的根源
7. 赶不走的神经衰弱
8. 学习方法为何保密

## 三、倾诉厌学的烦恼

1. 学习没有愉快感
2. 付出与成绩极不相称
3. 从未体验成功感
4. “拒登校”传染快
5. 少年的“快速遗忘”
6. 贪玩与善学
7. 学习效率的自我训练
8. “大脑体操”治厌学

9. 科学用脑有良方

#### 四、心平气和说考试

1. 考试焦虑人人有

2. 考试分数的“含金量”

3. 说考试作弊现象

4. 剖析“考试紧张综合症”

5. 轻松考试有窍门

6. 记忆力的自我训练

7. “分数可以成为学生隐私”的辩论

#### 五、素质教育离我们有多远

1. 关于非智力因素的作用

2. 不做新时代的文盲

3. 如何对待“考试指挥棒”

4. 认识现实的学校教育

5. 智能结构新观念

6. 进入21世纪的“通行证”

7. 从国情出发看学历

8. 准备参与国际竞争

9. 学会求知与生存

#### 六、信息时代的学习方法

1. 运用计算机的启示

2. 思维方式多元化

3. 从电子宠物说“玩伴”

4. 会想象与科学素质

5. 重视课堂之外的学习

6. 创造是最好的学习

7. 联网与信息交流

8. 知识更新的速度

#### 七、同窗竞赛“马拉松”

1. 承认个体差异

2. 取长补短总相宜

3. 无人嫉妒是庸才

4. 分数名次并非竞争

5. 父母校友的今昔

6. 成才之路“马拉松”

7. 让自己有后劲

8. 国际竞争在召唤

#### 八、学习障碍诊断与矫治

1. 学校适应不良综合症

2. 情绪自我调适

3. 能力抑制可突破

4. 社会退缩无出路

5. 精神病要早治疗

6. 品行紊乱重矫正

7. 神经症要及早治疗

8. 学习中的心理卫生

• • • • • ([收起](#))

[中学生心路——初饮人生 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[中学生心路——初饮人生\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[中学生心路——初饮人生\\_下载链接1](#)