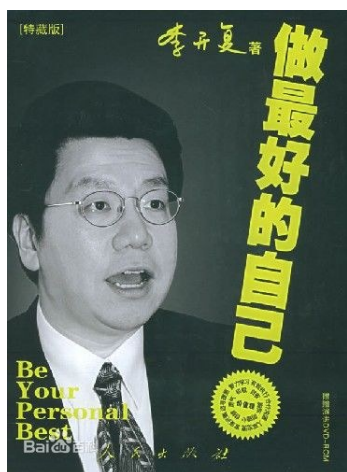




边读边 成长 遇见更好的自己

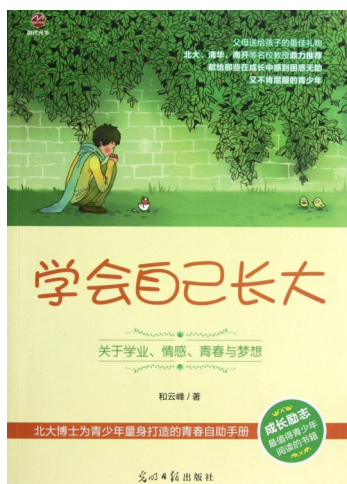
一个人的成长,代表心智的逐渐健全。在成长的过程中,挫折让我们坚强,困难激发我们的勇气,经历让我们蜕变。对于青少年而言,最美好的年华,除了学习,更为重要的是心智的不断成熟。在破茧而出之前,迷惘和挣扎不可避免,而在这些书中也许能找到解决之道,让你遇见更好的自己。

《做最好的自己》:建立积极态度



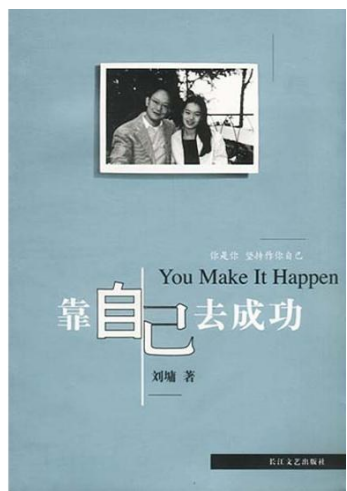
作者: 李开复
出版社: 人民出版社
内容简介: 书中用了近百个真实案例,来阐述如何运用“成功同心圆”法则选择自己的价值观,阐述如何运用自己的智慧,做最好的自己。
所谓“成功的同心圆”,其核心就是正确的价值观。核心的第二层则是态度,包括积极、自信、自省、勇气、胸怀等。最后还要将正确的价值观和人生态度应用到追寻理想,发现兴趣,有效执行,努力学习,人际交流,合作沟通等六种最基本的行为方式中,这构成了同心圆最外面一层。
推荐理由: 书里讲到的积极态度,同理心沟通,对建立孩子积极的态度和促进亲子关系,会有帮助。

《学会自己长大》:自己成长



作者: 和云峰
出版社: 光明日报出版社
内容简介: 任何人都不能代替你成长,人生需要被自己掌控。这是一本关于成长的书,涉及青少年成长过程中无法避免的七类问题:自我问题、学习问题、情绪问题、行为问题、人际关系问题、情感问题和目标生涯规划问题,是北大博士和云峰老师为青少年量身打造的青春自助手册。
推荐理由: 书中没有倚老卖老的姿态,没有千篇一律的说教,而是平等而真诚的态度,充满着机智与诙谐。如果阅读时,书中的一些言语打动了你,一些文字启发了你,那么这些都仅仅是一个开始,最重要的是你要把这些知识运用到你的生命中去。

《靠自己成功》:学会沟通



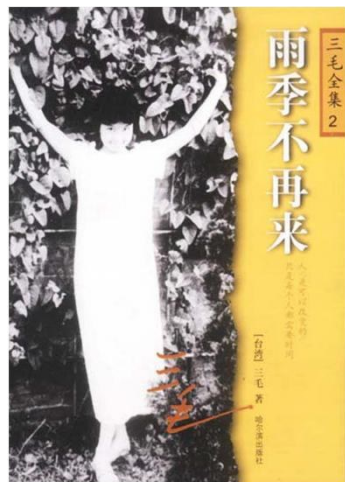
作者: 刘墉
出版社: 长江文艺出版社
内容简介: 这本书是刘墉专门写给女儿的书,在这本书中,刘墉和女儿无所不谈,小到吃饭、穿衣,大到人生、世界。这是一本父母与子女成长过程关系的一本书,作者如何教育子女,如何与即将长大成人并将离开自己的子女交流,对身为家长的读者也许有很大的参考意义。同样,对正在成长着的子女们来说,也可以通过本书从另一个视角去理解父母。
推荐理由: 《当习惯成了自然》、《恨老师》、《谁不希望睡到自然醒》、《有赢有输才是人生》 鲜活的语言、奇异的故事以及巧妙溶于其中的哲理,让人读后颇有感触。

《最熟悉的陌生人》:重新挖掘自己



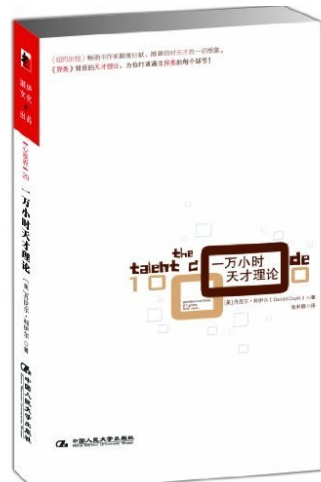
作者: 【美】提摩西·威尔逊
出版社: 人民邮电出版社
内容简介: “认识你自己”虽是一个老生常谈的话题,但如今依然有用。内省是了解自我的最佳途径吗?我们费尽心力,究竟想发现什么?正如现代心理学重新定义的那样,在颇具启发性的潜意识之旅中,提摩西·威尔逊向我们展示了一个由判断、感觉和动机构成的潜藏的内心世界。
推荐理由: 每个孩子都具有别人没有的核心优势,而这优势很容易被忽略。通过此书中讲述的方法和家长恰当的引导,青少年也许能够重新挖掘自己,做最好的自己。

《雨季不再来》:自我蜕变



作者: 三毛
出版社: 哈尔滨出版社
内容简介: 《雨季不再来》以三毛的生命历程为主题,记录了三毛17岁到22岁的成长过程。这段成长中,有青涩的爱恋,朦胧中显露出一丝丝迷茫,沉寂中渴望这一点点冲动,有着对未来的憧憬和期盼。真实呈现出三毛少女时代的成长感受,辍学、自闭、叛逆,游学西班牙、德国、美国后,渐渐成长为独立自信的青年。
推荐理由: 从书中可以看到作者如何从青涩蜕变到独立自信。

《一万小时天才理论》:解密天才



作者: 【美】丹尼尔·科伊尔
出版社: 中国人民大学出版社
内容简介: 天才的奥义何在?解开天才之锁的密码是什么?科伊尔在大量实例的支持下,推翻了天才天生的观念,提出能够提升天赋、优化成就的三要素:刻苦练习、点燃激情、专业指导。作者拜访了世界上最成功的足球运动员、银行劫匪、小提琴手、战斗机飞行员、艺术家、滑板爱好者,还访问了各类科学家、教练、老师、人才研究专家,揭示技能学习过程的新秘密。通过对成功人士的案例分析,作者全新诠释天才的“一万小时法则”。
推荐理由: 《纽约时报》畅销书作家颠覆巨献,书中罗列的大量鲜活的生活实例,会是一次令人惊叹的阅读之旅。