

<<告诉你我的秘密>>

图书基本信息

书名：<<告诉你我的秘密>>

13位ISBN编号：9787509005149

10位ISBN编号：7509005140

出版时间：2009-5

出版时间：当代世界出版社

作者：白山，袁岳 编著

页数：203

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>

<<告诉你我的秘密>>

内容概要

南宋伟大词人辛弃疾曾写道：“少年不识愁滋味，爱上层楼，爱上层楼，为赋新词强说愁。

”这种说法对现今的青少年来说并不适合。

正处在生理、心理上成长阶段的青少年不仅要承受来自社会、来自学校、来自家庭的无数压力，甚至在很多的时候，都想将心底的一些真实的想法和秘密说出来，但很难找到合适的人选：因为父母、老师过多的只关注他们的学习成绩，而同学之间缺少心与心的交流。

更让他们感到烦恼的是：他们的心声不仅不被人了解，反而常被误解，而这些人往往是他们朝夕相处的父母、老师和要好的同学。

为此，他们深感彷徨、失落、迷惘，从内心深处发出一阵哀叹：我的秘密向谁说？

谁又能真正地理解我？

其实，父母和老师又何尝不想去了解孩子呢？

而这一切难题都是因为父母与子女之间没有找到一个适合的交流沟通的渠道与方法造成的。

这是一本少男少女的枕边书，它讲述的是孩子正亲身经历的一切，说出了自己想说却没说的话。

青少年从这本书上可以看到自己的影子，找到心理上的认同；同时它又是一本家庭教育的指导手册，它不仅能让父母了解现在的孩子究竟在想什么、烦恼什么，更能让父母从中获得教育子女的种种启发。

我们始终相信一句话：“父母是孩子的同龄人。

”父母是在与子女的磨合中不断成长的，在这个成长的道路上有欢笑，也有泪水；有鲜花，也有荆棘。

我们相信，所有的痛苦与泪水，所有的鲜花与欢笑都将在日后变成美丽的彩虹，照亮孩子青涩的成长岁月。

所有的父母都应该做的是，不要让孩子再把秘密埋藏在自己的心底，而是让他们大声说出深藏在他们心中的秘密。

《告诉你我的秘密》一书从学业、友情、青少年心理、感情、家庭教育等多方面，以一个个真实的故事展现出处在这种年龄阶段的孩子深藏在心中的秘密以及内心真实的想法，并由专家对此剖析，寻找出令青少年感到烦恼的真实原因，向青春期的孩子及其父母讲述一些有利于彼此之间交流、沟通以及相处的原则。

其目的就是希望能有效解决这一难题，让青少年不再视学习为心底最深的痛；不再为人际关系伤透脑筋；不再对感情好奇而遭受伤害；也不再让父母为不了解孩子的所思、所想、所为而苦恼。

<<告诉你我的秘密>>

书籍目录

第一章 学习，我心中永远的痛 写在高三之前 无奈的排行榜 令人紧张的考试 好学生有时也作弊 学习把他逼上了绝路 拖后腿的偏科 与杂念和平共处 考不上清华、北大，怎么办？

我在高考时晕倒了第二章 好朋友真难找哦 讨人厌的小报告 好朋友为什么不选我？

人乡要不要随“俗”？

争执还是退让？

为什么受伤的总是我 可怕的校园暴力 对不起，我错了 好朋友出卖了我 嫉妒是把双刃剑 伸张正义，我有什么错？

我为“兄弟情谊”犯了错第三章 有一种痛叫做成长 从老师的宠儿到弃儿 如何挣脱这恼人的焦虑 啃指甲，是不是一种病？

正确表现自己 谁说男生不爱打扮 莫名其妙的虚荣心 老师，你的冷漠伤害了我 爱吃零食的女生- 自卑源于失败的经历 大象是不会倒下的 可怕的报复之心 失眠的原因 轻生的孩子，拿什么拯救你第四章 挡不住的情感诱惑 现代学生的感情观 难以把握的异性交往分寸 朦朦胧胧的初恋 玻璃之情 我并不是在“耍流氓” 无法自拔的师生恋第五章 请听听我们的声音 我想决定自己的人生 我就是我，别老拿我和别人比 能不能少唠叨两句 赞美我吧！

讨厌父母的冷嘲热讽 承诺了就要兑现 “听话” 就好吗？

别逼我，我不想撒谎 一代偶像一代人第六章 谁来为父母上堂课 金钱不能替代孩子的爱 不要低估了我 狐狸的故事 请给我一片自由的天空 我是你儿子，麻将不是 成为孩子期待的好父母 不是我不干活 离家出走的孩子 别把家变成监牢 棍棒底下打不出孝子第七章 家家有本难念的经 宏志生的故事 高干家庭的“公子哥” 不做父母婚姻的牺牲品 从残缺不全的家庭环境开始 单亲家庭的困惑 一个人就是一个家 子不教，谁之过？

被金钱腐蚀的幼小心灵 被“野鸡”学校欺骗的小留学生 那些凋零在异国的花儿

<<告诉你我的秘密>>

章节摘录

第一章 学习，我心中永远的痛写在高三之前“我不知道是否有天堂，但我相信有地狱。我现在正匍匐在地狱里，18个春秋我走得好累好苦，我盼望那‘黑色’的6月快快到来，不管结局如何，我只求让我早点结束这梦魇般的生活。

”这是一位高三学生面对沉重的升学压力，写在自己日记本上的一段话。

很多学生都有着类似的感受，甚至有的比上面这位学生的感受更为强烈。

不信的话，就让我们一同来看看一位即将上高三的学生写的一篇博文吧！

马上就要上高三了，其实，现在我们已经步入高三的快节奏生活了。

每天，老师布置的作业奇多，卷子一发就厚厚的十几张，这还只是一科的。

真不知道这一年要怎么熬。

其实我对高三的生活早就有许多想像，事实证明，生活还真跟我预想的一个样：作业多、上课多、考试也多。

每天差不多有12节课，光上课的时间就有9个小时，早上7点之前就要到校，晚上11点才能回家，对了，这还是早的。

赶上再拖个堂什么的，就得12点多了。

这还不算完，到家还要赶作业。

各科加起来怎么着也得有20多张卷子吧，没两三个小时怎么能做得完？

还让不让人睡觉了！

要是光这样也还能忍，最让人受不了的是三天一大考，天天有小考。

这绝对是对我们身心的一种摧残。

看着卷子上的一个个红“X”，把我原本就不多的信心都打击没了。

照这样下去，没等到高考估计我就挂了。

最最让人无法忍受的要数班里的气氛，教室后面大大的高考倒计时牌让人望而生畏，做得跟天安门广场上的奥运倒计时牌倒挺像的。

班上的同学都跟疯了似的，下课都不说话，简直是白色恐怖啊。

说实话，过去我还是挺喜欢上学的。

可现在，都不愿意进教室，这气氛真是压抑啊！

要是这一年真的都这么过，天啊，我都不敢想！

我知道古人说“少年不识愁滋味”，但现在我却对它的真实性产生了怀疑。

要是那个时候他们也经历过高考，恐怕会留下许多千古佳句吧。

看着吧，也许过完这一年，我也会成为一个大诗人呢！

有时候，我还真怀疑，我们如今付出的这么多辛苦是否值得。

就算我们考上一所理想的大学，也不能保证找到一份好工作啊！

更不用说考不上，天啊，我真不敢再想下去了。

真是前途渺茫啊！

真不知道高三这一年会带给我什么样的改变。

希望事事顺利吧。

专家的话博文中描述的高三学习生活情景，我们并不陌生，大多会有感同身受。

高三时期的学习生活对学生们来说简直就是一个噩梦。

为了考上大学，考上重点大学，一个个像加里森敢死队员般奋力地往前冲杀。

老师和家长们看到孩子的这种表现，虽然会觉得苦了孩子，但同时也会有一丝欣慰，因为他们会觉得孩子变得自觉了，用心了。

但是，他们又怎么会知道孩子此时心中的感受呢？

又怎么能知道孩子在这种情形下，不仅难以达到较好的学习效果，反而还会给孩子身心健康的成长带来一定的副作用呢？

1、表面上看起来孩子好像投入到了紧张而繁忙的学习之中，然而这一切都是被动的，他们没有办法

<<告诉你我的秘密>>

不这么去做。

因为身边的同学都这么做，如果他不这样，就考不上大学了。

做任何一件事，只有源于内心的愿意才能真正做好它。

反之，则会把它看成是一种负担，并且还会出现排斥心理。

这样一来，不仅难以投入精力，还极易产生疲倦感，并觉得压力重重。

在这种情况下，人不是变得麻木，就是变得情绪失控。

从上面那位学生的博文中，我们就已经明显地感知到了这位学生的焦虑和迷茫。

在这种状态下，他怎能取得好成绩呢？

2、从学习的强度来说，像上面博文中说的那样，不要说是一个未成年的孩子，恐怕身体健壮的成年人都难以做好。

处在这种高强度的学习状态下，即便孩子想用心，但体能和精力跟不上也是枉然。

要解决这一问题，我们必须寻找到其形成原因。

家长的期望就是这一压力的源头所在。

在一项城市父母对孩子的最高学历期望调查报告中，显示如下数据：家长们期望孩子初中毕业的仅占0.9%，高中毕业占到6.2%，大专毕业为9.3%，本科毕业高达53.9%，硕士为10.3%，博士或博士后占到19.3%。

就是说，高达92.8%的家长期望孩子达到大专以上学历。

而在调查学生为什么要努力学习时，有76.7%的孩子回答是“为了报答父母”，这在所有20项调查中排在首位，“为了更好地发展自己”、“为将来开创一番事业创造条件”并列第二，第三位则是“满足家长对自己的期望”。

由此可见，要改变孩子的这种状态，就必须寻找合适的方式去缓解孩子心中的压力。

父母可以像下面这样去做。

1、让孩子明白是在为自己学习。

从上面的叙述中，我们已经知道了，造成孩子心中压力的主要原因是父母对孩子的期望。

父母的这种期望虽说是为了能够让孩子拥有一个好的将来，但是往往在言谈举止中又让孩子觉得是在为父母学习。

这就要求父母在跟孩子交流的过程中，注意自己的言行，最好不要说出类似“只要你能考上大学，爸爸妈妈再苦再累也没关系”、“爸妈这么辛苦为了什么？”

还不是希望你好好读书，考上大学吗”的话。

跟孩子这样交流，很容易让孩子觉得是在为父母学习，如果考不好就会对不起父母。

正确的做法是，让孩子知道是在为自己学习。

建议家长在跟孩子交流沟通的过程中，应当放下“架子”，不要一开口就否定孩子的想法，要学会理解孩子。

2、帮助孩子正确地认识高考。

许多学生在高三时废寝忘食，就像根紧绷的弓弦投入到学习中，不敢有任何松懈，因为将高考看得太重了，把它当成了是决定自己一生成败的唯一要素。

“如果考不上大学，我真的不知道怎么办”，这是许多高三学生说的话，从中我们不仅仅看到了他们的焦虑，更看到了他们紧张而迷乱的学习状态。

让孩子产生这种心理的基本原因有两个，一是家长的期望，二是社会现象。

家长要化解掉孩子因此而产生的压力，除了让孩子知道是在为自己学习外，还应当帮助孩子正确认识和面对高考，要让孩子知道：高考并不是决定人生成败的唯一因素，一次高考失败并不代表整个人生失败。

无奈的排行榜在考试成绩出来后，老师会对学生的成绩进行一次排名，并公布出来。

老师的这种做法，或许是为了让学生们知道自己在班级中的位置，以此来激励学生学习的积极性。

然而在很多的时候带来的却是另外一种结果。

一名叫小芊的同学就把这种对排名的愤懑之情发泄到了bbs上，结果“一石激起千层浪”，立即得到了众多的回应。

<<告诉你我的秘密>>

2007—7—10 10:50 小芊帖子题目：大家如何看待学校考试排名？

我们学校每一次大考后都要排名，不仅是班里排，年级里也要排。

每次考完试我都提心吊胆的，生怕自己这次的名次又落后了。

唉，真烦，排名给我们这些学生带来了巨大的压力，真令人受不了。

我是恨死排名了，不知道各位又有什么见解呢？

2007—7—10 13:29 幽竹南听雨 同感，我也讨厌排名，每次考试成绩一出来，爸妈就只顾着问排名，根本不看成绩，更不看我付出了多少努力，只要名次不理想就得数落我一顿。

2007—7—10 17:47 聂飞中国的教育制度还是不完善的！

我在此代表中国教育界向各位同学说声对不起了！

！

2007—7—10 21:05 决定永远陌生告诉家里正在上学的弟弟MM们：在上学时一味地看分数是错误的，因为找工作时应聘单位是不会问你读书时有几次没考及格，能力和综合素质是不能忽视的，中国一直以来都是搞应试教育，可一时是难以改变的。

2007—7—11 21:35 小芊说得不对，我们虽然不看重分数，可是学校看重，老师看重，家长也看重！

我们根本没选择！

2007—7—12 11:09 决定永远陌理解你们，我们已经经历过了。

2007—7—13 19:21 聂飞无奈分数！

！

无奈的排名！

！

2007—7—15 15:23 luck602讨厌考试.....更讨厌排名.....2007—7—16 19:15 落儿我倒觉得从某种程度上说，排名可谓有利有弊。

好处是它可以使自己更清楚自己在班里所处的位置，以便更好地制定学习计划。

坏处则是容易打击自尊心，增加学习的压力，还会导致一些同学的厌学情绪。

排名对于成绩好的同学来说，绝对是“爽歪歪”了，完全可以起到激励作用，而对于成绩一般或是较差的同学的打击可不小，心理承受力一定得够强才行。

2007—7—18 10:23 小芊排名对那些考得好的学生来说固然是高兴啦，但对一些偶尔考失手或者是成绩差的学生来说可是压力重重，但谁又能理解他们的心情呢？

2007—7—22 09:06 听雨宝贝那就不考呗！

装发烧.....2007—7—24 11:07 小芊学校一年到头都有考试，难道你每次都能装发烧吗？

天真。

考试这东西是根本回避不了的。

2007—8—6 13:08 落儿我赞成排名，但我不赞成公布排名。

2007—8—9 15:15 天际百合同意，虽然考试排名可以让我们知道自己所处的位置，找到自己的努力方向。

但我认为，学校不应该公布排名，公布排名就会在同学中产生一些不好的影响。

2007—8—9 19:16 小芊对，我也同意，我们每个人都有自己的目标，何必用排名作为衡量一个学生的标准呢？

我认为不应该让排名伤害我们的自尊心和自信心。

<<告诉你我的秘密>>

编辑推荐

《告诉你我的秘密》：不再让青少年视学习为心底最深的痛，不再让他们为人际关系伤透了脑筋，不再因为对感情好奇而遭受伤害，再让父母为不了解孩子的所思、所想、所为而苦恼，不要让孩子再把秘密埋藏在自己的心底，让他们可以大声说出：告诉你我的秘密。

<<告诉你我的秘密>>

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>