

<<正向思考，就对了>>

图书基本信息

书名：<<正向思考，就对了>>

13位ISBN编号：9787121156021

10位ISBN编号：7121156024

出版时间：2012-4

出版时间：电子工业出版社

作者：卢苏伟

页数：216

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>

<<正向思考，就对了>>

前言

思考力决定孩子的未来！

最近辅导几个初犯就犯十年以上重罪的个案，心中十分沉重。

我很难理解四个孩子只因一时贪玩，其中有个孩子开玩笑说要去抢出租车和便利商店，其它孩子也不敢有异议，他们就这样一路做案，但总共所得还不到一万元，四个孩子却都被判十年以上的徒刑！

这几个孩子后来经由辅导，都能用正向积极的态度面对生命中的重大危机！

他们都把未来将服刑的四至五年时间，当成是读五年制专科学校，看他们从失望沮丧到能勇于承担，我心中虽然高兴，但他们要跌那么一大跤才知道好好走路，才知道要珍惜，要奋发向上，我还是很感慨。

他们的父母打电话给我，表达了他们的谢意，我也恭喜他们如果能用五年的时间换回一个主动积极，能为自己努力向上的孩子，被判重刑虽是不幸，但也是大幸！

我最近接到许多孩子已读大学但仍不知珍惜上进，父母向我求助的电话。

孩子整天沉迷网络游戏，夜游玩乐，把打工当正业，不把功课当一回事，经常逃课，考试都不去考，学分被二一了，也吊儿郎当的，怎么办呢？

更有一些大孩子二、三十岁了，没有工作，待在家里，靠父母吃喝，要不到钱花用就对父母恶言相向。

最近媒体上，还常见弃养父母，对父母施暴和杀害的，许多人都问：为什么会这样？

我比较好奇的是：一个孩子，父母是怎么把他们教成如此没有责任感和粗暴的？

这些父母真的关心他们的孩子、有用心教导这些孩子吗？

我想，要爸妈承认自己是个不负责任的爸妈是很困难的。

这些父母在接受采访时，也都坚持他们是多么辛苦的教育，孩子会变成这样都是被朋友和社会带坏的！

但，您相信吗？

父母是需要学习的，但这些父母显然不知道，我们如何对待孩子，孩子无疑也会这样对待我们。社会未来的希望很难放在这群放任孩子长大的父母，不过，也不能冀望在那些只期待孩子成绩好、赚大钱的父母！

这本书是写给有心把孩子教育成社会的希望和世界的礼物的父母。

别小看我们在父母角色上的努力和成长，有觉知的父母会让孩子将一切变美好，传送给与他（她）接触的所有人。

这本书不仅要分享一些正向积极的想法给父母，更要孩子从中学习，做一个有能力自我管理，为自己负责，导引自己到正确生命方向的人！

这本书首先要分享的是正向思考。

事情没有好坏，只有想法不同。

一个人的脸如果习惯面对阳光，那么所有的阴暗，将被抛之脑后。

一个人的命运如何，可以完全由自己的思考习惯决定。

你若习惯负面思考，将注定你自己的人生忧郁和不幸，如果你是一个正向思考的人，那么人生中的任何遭遇都会是恩典和机会。

其次要分享的是：焦点思考，目的是要提升我们的自我管理能力。

一个人不论读书或做事，要有成就，必须要专注于自己的核心目标。

大部分人都搞不清楚，我为什么要读书？

为什么要取得学位？

为什么要做这份工作？

一直到浪费了许多心力才恍然大悟，自己并不需要或不喜歡这些东西，这也是为什么我们的抽屉、书柜、衣柜及鞋柜里，有许多被买来但用没几次，就被闲置的东西，甚至有许多东西买回家，连用都不曾用过，就被一直放着。

我们的生活也是一样，金钱是个重要的资源，如果我们没有妥善的让它发挥功能，它就会让我们

<<正向思考，就对了>>

在真正需要买的东西上，发现自己并没有足够的钱，然后为钱困扰。

相同的，如果我们没有把我们的时间用在真正有价值的事物上，我们就得不到我们要的结果。

焦点的思考是不断的自我提醒，让我们从偏离的航道走向正轨，最重要的是学习自我澄清和发现自己真正的需求，不要让枝枝节节、不重要、不相关的事，占据我们的生活，更重要的是，要学习摆脱情绪垃圾的污染，人际之间的冲突、自己内在的纷扰和挫折，我们都要学习在最快的时间内，让自己恢复平静和愉悦的心情，全力以赴做自己想做的和应做的事！

接下来分享的是提升一个人“积极思考”的能力，一个真正的赢家是勇于挑战困难，从不向失败低头，永远相信生命的丰富是来自积极的态度、所累积的经验，而不是一时的光彩。

永远怀着热诚向生命说：“是的！”

我要！

我愿意！

“减式思考”不是负面的想法，而是让自己身心维持平衡，自我调适压力，保持最佳状况的思考方式！

想知道自己要成为什么样的人，或要做什么样的事，可能并不容易；但我们却比较容易发现什么是我们不期待和不希望的。

遇到问题，我习惯用减式思考。

当我累了，什么事是我不希望发生的，我的情绪可能容易失控，因为我不希望因此造成人际互动上的冲突，或在这个时候我的思考容易是负向的，所以，我在这个时间点就会少做决定。

最后分享“创意思考”的方法和技巧。

我们的孩子要摆脱靠体力、劳力、时间的谋生方式，唯一的选择就是靠不一样的创意思考能力。

我们都以为发明和创意是无中生有，事实上并非如此，创意和发明只是调整我们看事情的角度和用心，去看见早已存在的事实，就如同伟大的艺术家毕加索和米开朗基罗，他们都认为自己不是创作，而只是把属于这幅画的颜色填上去，他们并不是雕刻出作品，而只是把不属于这件作品的东西去除。

我们的想法往往决定一件事的可行性和难易程度，我们的想法也常是做一件事的最大障碍。改变我们思考的模式，我们就可以把不可能变可能。

在二十一世纪，我们的孩子若想要靠脑力维生，我们就要是个懂得创意思考的父母！

创意思考不难，只要我们知道如何思考！

期待我们的努力能让我们的孩子成为这片土地的希望。

人才决定国力！

我们的孩子不只是我们的，他（她）也是世界的礼物！

卢苏伟

<<正向思考，就对了>>

内容概要

本书是一本讲解如何培养孩子思考力的书，现代父母能给孩子最大资产，不是第一名，不是多才多艺，而是5种思考力！

正向思考力，焦点思考力，积极思考力，创意思考力，减式思考力。

这5种“非常思考”的培养十分挑战现代的父母。

<<正向思考，就对了>>

书籍目录

第一部分

正向思考力

一时的失败不等于永远的失败

为什么孩子的挫败往往等同父母的挫败？

当孩子考不好，父母就马上与孩子没有未来、没有前途划上等号？

挫败是成功的一部分

父母是孩子最好的拉拉队！

当孩子面临挫败，给他一个大大的拥抱，孩子将拥有往前再冲刺的勇气与力量！

反败为胜

孩子在成长过程中，难免会发生一些不如父母期待的情况，父母要如何处理，才不会让孩子重复在同一个地方跌倒？

逆转危机

孩子难免会有人际冲突，父母是要站在孩子的立场，责备对方？

还是责备孩子，不懂得和别人做朋友？

和时间赛跑的人

我很少遇到有父母是真正赏识自己孩子的，即使孩子读重点高中或名牌大学，父母仍有许多的烦恼，担心孩子这里不够好，那里不够完美！

将每一次都当成最后一次

如果我们能预知今天是和另一半或孩子相处的最后一天，我们会用什么心情和态度面对呢？

不一样的成功

告诉孩子：“你是一个有影响力的人，你是我们最棒的孩子，即使你落魄失意，你依然是我们的心肝宝贝。”

做发光、发热的人

做大官做大事，未必每个人都适合。

把自己放对了位置，做自己喜欢的事，就是大事。

读自己的心情

我们常习惯性地指责孩子浪费时间，但我们当父母的却很少检视自己，除去上班时间，我们大部分的时间都在做些什么事呢？

人生是一场长跑

大多数的父母都太紧张了。

每一次平时考试都分分必较。

孩子名次掉下来一两名，就紧张万分，升学考试时更是焦虑不安！

第二部分

焦点思考力

我不要

<<正向思考，就对了>>

如果孩子自己了解，未来他害怕、畏惧和担心的是什么，让孩子自己去面对和抉择，那么结果将会很不一样。

不要惹我

一个人若常摆一张“不要惹我”的脸，真正难过的不是别人，而是我们自己。

就为了一只拖鞋

有错都是那只死拖鞋的错，我建议判它三个月徒刑，把它关到柜子里好好反省。

差一步就成功

激励孩子持续地保持着全力以赴、努力的热忱，我们一定可以看见孩子有着精彩的人生，不是金钱或头衔，而是生命中我们内心的经历和自我的肯定。

自我管理

父母的生活习惯会直接影响孩子。

如果我们常和孩子谈的是运动、睡眠、健康、快乐的话题，孩子很自然地注意力也会在这里。

以暴制暴

你可以继续抱怨父母，他们是如何不如我们的期待，不够完美，不够好！

但你也可以试着去了解父母，他们真的了解他们自己的言行吗？

双赢的思考

从小，我们的小孩就被训练要打败别人才可以得第一名，但从未被教导怎样让每一个人都是第一名。

成为一个能鼓励别人、成就别人的人，我们的孩子才有机会和别人一起共创美好的未来。

第三部分

积极思考力

真正的赢家

有许多父母把孩子当成球场上的明星球员，一切都要控制及掌握得宜，否则就会咆哮责骂孩子表现欠佳，不够专心和努力。

付出什么，就得到什么

我付出了时间给健康，我就得到健康；我付出时间和爱给家人，他们也让我得到相同的回报！

有弹性的爱

之前于珊的父母对于珊毫无妥协的要求，都得不到好的结果，是否试一试别的方法？

老师，您可以叫我乌龙茶

“凯熙（开喜）！”

有没有人叫你绰号乌龙茶？

”

我原本是好意，想化解彼此的距离，让访谈的气氛不会那么紧张，没想到却造成更大的紧张！

选择快乐

他一脸失望地告诉我，他觉得人生没什么意义，经常想自杀。

第四部分

<<正向思考，就对了>>

减式思考力

真正的自由

投资时间和爱给我们的家庭，看起来像是我们在付出和奉献，其实我们会发现，一个家有了爱和温暖，就已经不太需要去旅行和自由了！

停不下来

占有越多的人越贫穷，因为他的生命都浪费在他占有的东西上。

再老，都要有梦想

梦想最大的敌人，有许多时候是父母。

他们总有许多经验谈，要我们不要这样或那样。

孩子不是傀儡

“我的孩子一直很乖，很听话！

”每次我听到这样的话，心里都暗暗担心，这样的父母可能会吃苦。

爱的战争

父母在他们小学就订了考试比赛规则，赢的人才可以睡在父母房间，输的人必须睡在隔壁书房。

第五部分

创意思考力

没有不可能

我们一生中最大的敌人就是我们对自己的否定思考！

兴趣是创意的动力

兴趣一定可以当饭吃，懂得经营兴趣不仅可以吃到很好吃的饭，还可以吃遍全世界的饭！

“训练”创意

为什么要泼孩子冷水，让孩子也对自己失去信心呢？

“激发”创意

我们的教育最失败的就是不容许孩子和标准答案抗辩。

<<正向思考，就对了>>

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>