

小学生素质教育阅读丛书

心理系列

在成功的背后

国家教委指定中小学图书馆必备用书

韩作黎 主编



英
杰
榜

中国和平出版社

小学生素质教育活动设计

第二版

在成功的背后

教育部基础教育司组织编写

陈鹤琴 主编





英杰榜

小学生素质教育阅读丛书·心理系列

在成功的背后

编



晓琼 关玉仁

中国少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

在成功的背后/韩作黎主编.—北京:

中国和平出版社, 1997.10

(小学生素质教育阅读丛书·心理系列)

ISBN 7—80101—878—8/G·651

I. 在… II. 韩… III. 成功心理学—小学生—课外读物 IV. G624

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 23119 号

在成功的背后

(小学生素质教育阅读丛书·心理系列)

中国和平出版社出版发行

中国和平出版社电脑排版

(北京市西城区鼓楼西大街 154 号 100009)

电话: 84026161 84026019

北京泽明印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

1997 年 12 月第 1 版 2004 年 1 月第 4 次印刷

开本: 787×1092 毫米 1/32 5 印张 100 千字

ISBN 7—80101—878—8/G·651 定价: 9.95 元

小学生素质教育阅读丛书

总顾问

邹时炎

顾 问

王 富

主 编

韩作黎

副主编

吴昌顺 原新晓 安俊芷（常务）

序

韩作黎

少年朋友们，你们将荣幸地成为跨世纪的一代新人，你们将成为 21 世纪我国社会主义现代化建设的生力军和主力军。你们的整体素质如何，不仅决定和影响着个人前途，而且直接关系到中华民族未来的命运。你们可知道，未来的社会成员要具备哪些基本

素质？从现在起，你们应该做些什么？首先，要养成良好的道德品质和行为习惯。未来社会是高度文明的社会，随着社会生活的不断丰富，社会成员文化水准的日益提高，良好的社会风尚、和谐的人际关系日益成为生产和生活的需要。少年朋友们要学习和继承中华民族的传统美德，从小培养热爱祖国，热爱人民，热爱中国共产党，热爱社会主义，热爱科学和热爱劳动的好品质，增强与现代社会相适应的创业意识、竞争意识、时间观念、效益观念和协作精神，学会理解和尊重他人，而又自尊、自爱、自信、遵纪守法、敬业开拓、克己奉公、抵制诱惑和腐蚀，做一个道德高尚的文明人。

第二，要努力学好文化科学知识。实现现代化，就是要在我国进行一场伟大的技术革命，用当代最先进的科学技术武装我们的工业、农业、国防和国民经济的一切部门。要实现这个宏伟目标，需要一大批世界一流的科学技术专家，需要千千万万掌握现代化生产技能的工人、农民和其他劳动者，需要一大批懂得现代科学技术的各行各业的管理人员。要适应未来社会的需要，就要打好坚实的文化科学知识基础，而且要具有过硬的专业知识和能力。今天，少年朋友的主要任务是学习、学习、再学习，用人类创造的全部知识财富来丰富自己的头脑。“少壮不努力，老大徒伤悲”。要珍惜少年时代的美好时光，发奋读书，学好各门功课，取得优异

成绩。

第三，要锻炼身心体魄，保持乐观情绪，铸造强健的身体素质和心理素质。人的生命只有一次，强健的体魄是人民生活、学习和工作的物质基础，少年时期是人体发育的重要阶段，身体基础不好，成年以后难以保持旺盛的精力。少年朋友从现在起就要重视身体健康，养成良好的生活习惯、卫生习惯，坚持参加体育活动，积极锻炼身体，增强体质，避免染上不良嗜好，这样当你走上工作岗位后，就不会为力不从心而苦恼，即使到了中年、晚年也能体力健壮、智力不减。

第四，要丰富自己的文化生活，培养审美意识和能力。生活中存在真、善、美，也不乏假、恶、丑。少年朋友年龄小，社会经验不足，更要培养和锻炼自己对真与假、美与丑、是与非、善与恶的理解，提高鉴别和判断能力，支持一切美好、善良的事物，反对一切腐朽、丑恶的行为。要学会感受、创造、欣赏自然美、生活美、艺术美，不断丰富自己的文化生活，培养健康的生活情趣，陶冶高尚情操，健全人格。

第五，要积极参加劳动，在实践中增长才干。人类的一切物质和精神财富都是劳动的结晶：祖国的现代化建设离不开各行各业的艰苦劳动，幸福生活靠劳动创造。少年朋友要从小培养自己热爱劳动和劳动人民的情感，珍惜劳动成果，艰苦奋斗，勤俭节约。要学会自我服务劳动，自己的事情自

己做；学会家务劳动，减轻家长的负担；参加公益劳动，造福他人与社会。要学习和掌握一些生产劳动的基本技能，如：种植、饲养、计算机操作、家电维修等，在实践中学本领，长才干。

少年朋友们，希望你们牢记邓小平爷爷的教导，做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人，立志为祖国、为人类做出较大贡献。要做到这一点，就需要从少年时代做好准备。这套《中、小学生素质教育阅读丛书》的出版，将会为你们全面提高自身的素质，提供一些有益的帮助。我希望并相信，你们会欢迎它，把它作为自己的良师益友。

前 言

有这样一个女孩子，每天放学后，妈妈都要强迫她练钢琴，一练就是几个小时。她虽然通过了钢琴七级考试，但她恨透了钢琴，一坐到琴前，就变得烦躁不安。有一天，她终于再也忍受不住，发起了歇斯底里，砸毁了钢琴，并从此变得郁郁寡欢、性格怪僻。

这个真实的故事令人叹息，也发人深思。

在生活中常有这样的现象：一些孩子变得情绪忧郁、身心疲

惫，干什么事都打不起精神来，学习成绩下降；一些孩子胆怯、娇弱、缺乏自信心，和人交往发生困难，变得孤僻甚至自闭；另一些孩子任性骄纵，缺少克制，对人不尊重而引起周围人的反感……，所有这些现象都可归结为一点：心理健康出现了问题，急需诊治。

人人都注重自己有个健康的体魄，但却往往忽略了不易察觉的心理疾患。有了良好的心理素质，我们才能乐观、积极、热情、开朗，才能有充分的自信心和勇气，去克服学习和生活中遇到的困难；才能和谐地与人相处，感受到友谊的珍贵、集体的温暖；才能在思想品德的培养和文化知识的学习上取得令人满意的成绩。往长远说，好的心理素质，是我们未来事业成功、生活幸福的保证。

然而现实生活中，节奏加快，竞争加剧，老师、家长期望值过高，教育方法不当，课业负担过重，独生子女缺乏伙伴，单元楼房造成人与人的隔绝……这种种，种种，都在我们“成长的烦恼”上雪上加霜。小学生遇到各式各样的心理问题是不足为怪的。重要的是，我们要对心理健康有足够的重视，不断地进行自我调整；更重要的是，不要在感情上封闭自己，要向有经验的教育专家、老师、家长和同龄的朋友敞开心扉，寻求他们的帮助。近年开通的“中小学生心理咨询热线”，就是帮助我们医治心理疾病、解答心理问题的“诊所”。

另外，好的书籍，也是有益我们心理健康的朋友。阅读它们可使我们扩大视野，开阔心胸，在获取知识的愉悦中，

自然培养了热情美好的情感。更何况，书中有许多杰出人物，他们的积极进取，乐观幽默，坚毅勇敢，为我们树立了健康人生的楷模呢！为此，我们请专家们为小学生朋友编选了这套丛书，其中心理系列包括《在成功的背后》、《顽强的挑战者》、《从小学会交朋友》、《在竞争的日子里》、《快乐就在眼前》五本，愿它们能为同学们所喜爱，伴随你们活泼、快乐、健康地成长！

为成功做准备

——写给小读者的话

◎原子

本书介绍了几十位古今中外成功者的真实故事。我们从他们的成功中可以发现一些共同的东西。这些规律性的特点对于我们选择人生方向和奋斗目标将是一种启发和鞭策。

事实上每个人都渴望成功，都希望自己的人生不仅有风采而且有价值。那么，怎样努力才能有一个多彩的人生呢？先天的条件是不是就决定了一个人能否有成就，或限制了成就的大小呢？不是的，绝对不是的。

我们以爱迪生为例来说明成功的要素。爱迪生是全世界人民尊敬和爱戴的发明家。他一生中

有 2000 多项发明，其中 1300 项还获得了专利。他的杰出与伟大不容怀疑。可他的天资如何呢？

爱迪生只读了 3 个月的小学就被学校退了回来。因为老师对他头疼极了，认为他是无法教育的，一个不折不扣的糊涂虫，十足的低能儿。他总喜欢提各种稀奇古怪的问题，像“为什么天上的星星不掉下来？”以及那些“毫无意义”的问题，像“为什么 $2+2=4$ ，而不等于 3 或 5？”等等。

爱迪生之所以能取得如此伟大的成就，首先是他对知识、对自然和对人类强烈的爱，对周围的一切都充满了好奇。墙上的钟表为什么会嘀嗒嘀嗒地走？母鸡是怎样孵小鸡的？天上的鸟为什么能飞？他对他所能见到的一切都想弄个清楚、问个究竟。这就是兴趣，兴趣是引导人走向成功的第一步。正是这种超乎常人的好奇心引导着人类去探索一切未知的东西。所以，如果你希望有一个成功的人生，就要从培养自己的兴趣开始。

从爱迪生的成功中我们不难发现，他除了兴趣之外，对自己弄不懂的问题绝不放弃，或仅仅停留在空想上。为了解开那些疑团，为了找到问题的答案，他就去问妈妈，就去查书本，其中最重要的还是他亲自动手做实验，尽自己的最大努力去探索和追求。一次又一次的失败、挫折都不能打垮他；痛苦、逆境更激发了他顽强的探索精神和不屈不挠的坚强意志。因此，具有极强的耐受挫折的能力，是成功者的第二要素。

同学们，奋斗的路、成功的路就在脚下，但不平坦，为

了科学的研究和发明创造，爱迪生受过嘲笑，被打聋了耳朵，失过业，差点弄瞎眼睛，但所有这一切都没有能使他屈服，使他放弃自己的追求。在发明电灯的实验中，他经过了7600多次的失败，却仍不放弃。因为他自信实验一定能够成功，正是这种执著的精神，使他坚持到最后的胜利。一个有性格的人，就应该有目标。如果你心里认定会失败，你就永远不会成功。

同学们，一个宏伟理想的实现，必须一步一个脚印地向前行进，必须经过漫长艰苦的攀登跋涉才能实现。

如果你渴望成功的话，就从现在开始做成功所需要的各种准备。身体方面：要在艰苦的环境中训练和培养自己的顽强坚忍的意志和性格，锻炼自己强悍和健壮的体魄，增强体质。心理方面：学会自我心理调节，增强心理承受能力；培养良好的心理素质，它包括耐挫折能力；热爱生活，热爱自然，以及爱别人的能力；对生活充满激情，不断地学习和培养情趣；能面对现实，具有独立的人格，勇于承担责任；善于把学习、工作和休息安排好；具有民主意识，对他人能宽容和谅解等等。

只要你坚信自己是强者，才有可能成为真正的强者。同学们努力吧！

目 录

为成功做准备

——写给小读者的话 原 子(1)

喜欢挑战的比尔·盖茨	(1)
“成竹在胸”的文同	(4)
王育求学	(6)
莫泊桑遇严师	(10)
山村出了个画家王冕	(14)
功垂后世的巴斯德	(17)
与真理为邻的培根	(21)
只争朝夕的王羲之	(25)
毛泽东读书“四多”	(29)
眼盲心明的唐汝询	(33)

目 录

蒲松龄聚沙成塔	(36)
上山画虎的厉归真	(39)
柳敬亭学说书	(42)
俞秀松拔发为戒	(46)
谈迁著书	(49)
坚忍不拔的司汤达	(52)
使洛阳纸贵的左思	(54)
叶天士深山拜师	(57)
勤学不倦的叶圣陶	(60)
古庙夜读的沈约	(63)
“墙外”学生顾欢	(67)
“推敲”出名的贾岛	(71)
侯宝林学艺	(74)
一代鸿儒黄宗羲	(77)
自学成才的华罗庚	(80)