



成长、成熟、成就 青年黑马丛书

青年7个必要的选择

Qingnian
7ge biyao
de xuanze

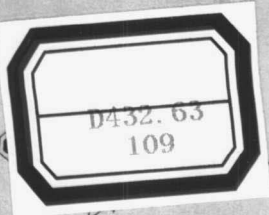
南山◎主编

- 社会不是妈妈
- 初入社会的心理准备
- 人生的关键性选择
- 学会生存，参与竞争
- 30岁前趋于成熟
- 同事取代了同学
- 情爱代替了母爱



海潮出版社

CHENG ZHANG CHENG SHU CHENG JIU



成熟、成就 青年黑马丛书

青年7个必要的选择

Qingnian 7 Ge Biyao de Xuanze

南山◎



海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年 7 个必要的选择/南山主编. —北京:海潮出版社,2004
ISBN 7-80151-877-2

I. 青… II. 南… III. 青年修养 IV. D432.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 038145 号

青年7个必要的选择

南山 主编

☆

海潮出版社出版发行 电话:(010)66969738

(北京市西三环中路 19 号 邮政编码 100841)

北京大运河印刷有限责任公司

开本:880×1230 毫米 1/32 印张:12.5 字数 280 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数:1-5000 册

ISBN 7-80151-877-2/C·168

定价:24.80 元

人生即选择

人只要在追求，他就在选择。

人生有无限多个解。人生是不能被理性穷尽的一个无理数。每个人因为站在不同角度去看它，体验它，所以从中得出的有关人生的定义，也各有殊异。

但有一点是共同的——人生即选择。

人生似一条曲线，起点和终点是无可选择的，而起点和终点之间充满着无数个选择的机会。

在人生的旅途上，你必须作出这样的抉择：你是任凭别人摆布还是坚定自强。是总要别人推着你走，还是驾驭自己的命运，控制自己的情感。

不少人的生活就像秋风卷起的落叶，漫无目标地漂荡，最后停在某处，干枯、腐烂。

为了促进个人的成长，达到个人的幸福，你必须学会驾驭生活。你必须自己选择服装，自己选择朋友，自己选择工作。

有的选择严峻地出现在何去何从、前途未卜的十字路口上，这是人生决定性的时刻。决定性的选择需要果断和勇气。这果断和勇气，有猜测和赌博的成份，但更多地来自知识和智慧的判断。

人人都会面临各种各样的危机，如信仰危机，事业危机，感情危机等等。在危急当中，正确的选择和变动，会使

青年7个必要的选择

我们积聚起一种新的力量，重新面对世界。

面临危机，你必须做出选择，这如同你不会游泳却被人推到河里一样，除了学会游上岸让自己不至于淹死，此外，别无生路。

有时候，选择使人痛苦，尤其是当被选择的对象对你具有同等吸引力的时候。

人生的悲哀，莫过于自己不能选择，或者不去选择。只有依靠自己的选择，才能掌握自己的命运；只有正确的选择，才有成功的人生。

选择伴随着每个人的一生，并决定了每个人一生的成败和优劣。

目 录

MLL | LVL

一、第一个选择

——社会不是妈妈

——我们的独立宣言

完成一次独立的行走 /3/

实现自强和自立 /6/

三个依赖期和两个叛逆期 /11/

真正生活的实质在于独立 /14/

心理上的种种误区 /19/

为自己贴上新标签 /23/

一个人最大的敌人是自己 /28/

抛弃了拐杖才能自立 /31/

学会自己拿主意 /35/

按自己的意愿去生活 /40/

做自己的主人 /44/

目 录

MLL | LLL

二、第二个选择

——不能再脆弱

——初入“社会”的心理准备

至少,我能迅速地出错 /51/

坚韧,是成大事者的特质 /56/

只要坚持,就会有希望 /61/

钻石一般的恒心 /63/

困难越多,人生越精彩 /66/

吃苦也是一本资本 /69/

生活,就是连续的期待 /73/

性格决定着人生 /76/

精神健康大于身体健康 /78/

注意心理疲劳 /82/

调节自己的情绪 /83/

情绪的健康标准 /86/

目 录

1626 | 1626

行为能改变情绪 /89/

三、第三个选择

——人生的关键性得失

——十字路口的何去何从

只要人在追求,他就在选择 /93/

得到的同时,意味着失去 /97/

人生总是有得有失 /99/

社会在变,人也要变 /103/

膨胀不是成长 /105/

做你所爱,爱你所做 /109/

智慧地行使拒绝权 /113/

自己与自己过不去 /118/





目

录

1626

1626

丢掉旧的你,接纳新的你 /125/

面对“撒旦”的诱惑 /128/

增强自己的心理弹性 /133/

何必强求完美 /138/

错了,就另起一行 /142/

寻找自己的特长 /146/

抓住人生的第二落点 /148/

笑对人生逆境 /151/

走心情的夜路 /155/

坏牌不一定输 /158/

聪明人为何失败 /162/

把痛苦结晶成美好 /168/

年青,就没有失败 /171/

目 录

MOB | LVB

四、第四个选择

——放弃书生的迷茫

——学会生存,参与竞争

在学校就与社会“对表” /179/

竞争是为了生存 /184/

职场——不相信眼泪 /191/

羞怯对人的影响 /195/

低姿态进入职场 /199/

工作其实是快乐的 /202/

我们想从工作中得到什么 /207/

几剂减轻压力的处方 /214/

走运的秘密并不深奥 /219/

你是自己人生的主演 /223/

点燃我们的热情 /226/

有好梦想就是追 /230/



目 录

MOU | LVI

为理想造句	/233/
站得高才能看得远	/239/
让自己动起来	/239/
想到就立刻行动	/242/
胜利者天生是积极的人	/246/
把握生命的长度	/248/

五、第五个选择

- 告别青春
- 30 岁前趋于成熟

失去青春,才能换来成熟	/253/
30 岁前应该做到的	/256/
不成熟的表现	/259/
怎样的人才算成熟	/262/

目 录

Me | Lu

成熟的心态 /265/
抓住“成人”这个人生机遇 /268/
对遗憾不必遗憾 /271/
认真做事,认真做人 /273/
清醒与糊涂 /278/
活得精彩才快乐 /280/
心就是快乐的根 /283/
提醒自己,注意幸福 /287/
网络的“心理丧失” /292/

六、第六个选择

- 同事取代了同学
- 课本上没有的社交定律

真的,很怀念同学 /297/





青年 7 个必要的选择

Qing Nian 7 Ge Bi Yao De Xuan Ze

目

录

MO

LU

- 待人贵超然 /299/
 不公平也是合理的 /301/
 每个人都有被重视的愿望 /307/
 答应就是做到 309//
 “听话”比“训话”重要 /312/
 创造一个借口 /314/
 对话的机智 /316/
 世人没有陌生人 /319/
 交朋友的心理因素 /322/
 朋友也要有距离 /326/
 多几个直言的诤友 /330/
 人是为别人而生存的 /332/

目 录

目录

七、第七个选择

——情爱代替了母爱

——你家、我家、咱家的关系

人生的爱情困惑 /337/

性的吸引与心的撞击 /340/

最难驾驭的初恋 /344/

识别传情的信号 /351/

如此恋爱方能成功 /356/

恋爱说三忌 /359/

女性要勇于说“不” /362/

我为什么爱你 /366/

真爱莫相猜 /369/

做一个真正的男子汉 /372/

父母,你是无权选择的 /376/

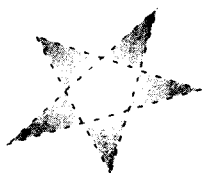
第二次走进家庭 /380/

一、第一个选择

——社会不是妈妈
——我们的独立宣言



青年 7 个必要的选择



Qing Nian 7 Ge Bi Yao De Xuan Ze

完成一次独立的行走

现在我们走向了社会。过去在我们的周围，有父母呵护自己，有老师指导自己，有同学帮助自己。现在这些都离我们远了，面对复杂而喧嚣的人群，我们已没有依靠，只有独立地面对一切。

我们是否想过：就让这股社会大潮冲击一下我们身上的那个“靠”字？变依靠为独立，不再以对别人的依靠为支撑，从别人的搀扶中走出来，让自己去完成一次独立的行走？

英语中有一个简单的单词：t-r-y，“try”，“试一试”。因为有了依靠——可以靠父母、靠朋友，可以找靠山，许多人不愿冒险去“try”、去“试”。凡事依靠，凡事不敢“try”，安于象牙塔里无风啸浪涌，沉于象牙塔里的风花雪月。

没有人一生都是一帆风顺的，任何人随时都会碰上磨难。勇于尝试，才能获得成功。

没有尝试，就会显露出人生的肤浅苍白。离开尝试，就意味着没有了思想之源。

因为尝试，才迫人思索，才逼人明智，才使人练达，而又富有发现创新精神的人，人生才会卓越，生命才能不同凡响。

尝试，使胆小者卑琐乖戾，使强者顽强坚忍。经历一次尝试，就是经历一次演练，经历一次登高。尝试使人懂得了