

<<别说你没精神病>>

图书基本信息

书名：<<别说你没精神病>>

13位ISBN编号：9787531662570

10位ISBN编号：7531662574

出版时间：2012-4

出版时间：黑龙江教育出版社

作者：杨昌顺

页数：256

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>

## <<别说你没精神病>>

### 前言

献给 此时此刻也为了自身变化和成长而努力的你 这本书是我与《益思》的长时间缘分的产物。自从我在月刊《益思》上连载《杨昌顺的私语》开始，我接触到了各色各样人群，从他们那里听到了很多令人深省故事。

每一个故事都曾深深打动了我的心扉，所以我就把记忆中的这些故事，如同给亲人写回信那样，用自己最诚挚的态度逐一记录了下来。

这个世界上存在两类人，一类人是不断埋怨和抱怨生活的人，他们在生活中得不到满足，不断地抱怨自己的生活，觉得没有哪一件事情是顺心的，这些人缺乏自信，所以就越发得不到他人的信任。他们认为，世界上的所有人都在为难他们，使他们痛苦，觉得没有人会帮助他们，所以他们的人际关系自然也是一塌糊涂。

我经常说，人际关系的核心就在于“交流”，是心灵与心灵之间交流，只要你表现出了你的亲密感，对方也会做出相应的反应；如果你怀有敌对情感，对方也会表现出类似的敌对，所以心中充满怨气的人，他们的的人际关系自然也不会和谐，所以这些人的生活毫无乐趣可言。

这些人就会认为，自己的人生只不过是幸运的延续，也就逐渐关闭自己的心窗。

另外一类人是自信的人，即使现在的生活充满痛苦，他们从来也不会因此而抱怨，他们坚信总有拨云见日的一天。

他们深信自己的周围有很多好人，相信自己只要伸出求助之手，就会有人握住自己的这双手，因为这些人已经做好了相同的准备，做好了随时帮助别人的心理准备。

他们自然会拥有一个和谐的人际关系，因为他们努力率先迈出第一步，敞开心扉，帮助别人，所以不由得他人不喜欢他们，而且他们深信，自己有资格享受所有的幸运。

他们坚信，“自己是人生的主人公”，正是这样的自信造就了他们优秀的品质。

无论是谁，也包括我自己，有时也会成为前者，感觉自信的动摇，觉得整个世界都在与我为敌，世界上会有未曾经历这些情感的人吗？

人际关系也是如此，虽然自己付出很多，但是有时却得不到百分之一的回报，甚至会反而得到对方的抱怨，而且你也不能保证自己未曾犯过相同的错误，肯定也有过这样的想法，“嗨！

还是放弃吧，这个世界不帮我，叫我怎么办呢？

”但是，每当这个时候，人们之所以能够站起来，也是由于自信，哪怕是微不足道的自信，也会成为推动我们的力量，因为我们相信，自己是人生的主人公。

我们可以从一点一滴做起，开始相信自己，爱自己，总有一天你会发觉自己的自信没那么脆弱了，抱怨也少了不少。

你总有一天会发现自己的努力找回了自我，觉得生活充满希望，发现自己正在主导着自己的人生。

有一位叫做约翰-卡曾巴赫(John Katzenbach)人说过这样的话，“以前的我不是今天的我，而如今的我又不是我的全貌。

”人是可变化，发展，和成长的。

如果我们成为了一个爱惜自己，能给周围的人带去幸福的人，我们还会奢望些什么呢？

我真诚地希望，读到此书的人能够享受到这样的变化和成长带来的满足。

神经精神科 专门医师 杨昌顺

## <<别说你没精神病>>

### 内容概要

这本书描写了载亨的父母如何在困难的环境下解决了在培养孩子的过程中所出现的问题，所以这本书可以说提供了在教育子女的过程当中所看不到的感动和希望。这本书能够传达给更多的父母们正确的教育方法，同时也希望这本书能够给像载亨一样在困难的环境下学习的孩子们一丝希望和勇气。

## <<别说你没精神病>>

### 作者简介

他是15国语言神童的父亲，在一级语言肢体障碍的母亲的抚养下长大。

因为不能承担学费，在中学毕业后他就步入了社会。

他有四个孩子，他们是：老大智彦（13岁），老二载亨（11岁），老三敏珠（5岁），刚满周岁的老四希俊。

他认为婴儿语对孩子的语言发展没有帮助，所以他要求孩子从小就要使用正确的单词和完整的句子来和他对话。

例如孩子们说“水”他就会反问道“是因为口渴了所以想要喝水吗？”

”这样就会自然地让孩子逐渐对句子熟悉起来。

在他不懈努力下，载亨出生17月后就开始读书，在30月时被相关单位认定为英才，在7岁时通过自学学会了英语、汉语、日语、德语等15国语言，并且在8岁时以最小的年纪被韩国科学技术院录取。

老大智彦在5岁时也被认定为英才。

载亨喜欢读书，但是因为贫寒的家境，父亲却不能够给孩子买足够的书籍，所以每天他都会带孩子去书店，让孩子读到书店打烊。

他的故事被KBS的人间剧场《我的儿子金载亨》和Storyon《英才的秘诀》报道，感动了很多的人。

## <<别说你没精神病>>

### 书籍目录

推荐词

序言

#### PART 1

会15国语言的孩子

载亨，和15国语言的相遇

爸爸，我很好奇

模仿世宗大王

外语原著真有意思

我要挑战

陶醉在费马定理

英才载亨是这样长大的 ?利用孩子和书店

#### PART 2

即使贫困，我也是父亲

赊账买全集

惩罚和妈妈可爱的想象

站在绝路上的孩子

载亨的挑战记！

英才载亨是这样长大的 ?和语言、数字玩游戏

#### PART 3

载亨，上学了

学校，不管有趣还是无聊

学会一起成长

平凡等于非凡

韩国科学技术院前期入学记

能听见我的心声吗？

英才载亨是这样长大的 ?和孩子对话

#### PART 4

和孩子一起成长的父母

孩子们，对不起

家族马拉松

冷笑话，请笑一笑

左冲右突，准备跳级

英才载亨是这样长大的 ?为孩子们准备的三个原则

## <<别说你没精神病>>

### 章节摘录

人人都有各自不同的心结，这可以说是我们精神上的一种弱点。

寒酸的家庭背景，普普通通的外貌，拿不出手的学历等总会成为我们的心理负担，时常煎熬着我们。

我们周围的很多人也像您一样，由于困难的家庭环境，背负着这种心理负担。

我能看出，由于父母，您有很深的自卑感，同时也能体会得到生活中的痛苦，而且我也相信您对男朋友的愧疚感，会令您更加的痛苦。

弱点或自卑感具有自我膨胀的属性，你越是在意这些，也就会越受到它的影响。

你生怕别人知道你的秘密，这种不安和恐惧能把芝麻大小的问题变成一座大山，压得你喘不过气来，不得不发出一声声无可奈何的长叹，但是如果你把人生大部分的时间花费在隐藏自身的弱点上，那么这又是一件多么让人心痛和惋惜的事情啊！

曾几何时，我从朋友那里听到了这样的话：“有人一出生就是孤儿，遭到了这个世界的抛弃，也有人是含着金钥匙，享尽家庭和世界的祝福来到了这个世界上，这是不以我们的意志为转移的事情，只不过是上天的意志如此，所以如果因为出身而感到自豪，那将是一件非常可笑的事情。

”我们没有必要因为自己是孤儿不是富翁，或者没有知识而感到羞愧，更没有必要去抱怨这个世界，我们只要忠实于自我，堂堂正正地生活就可以。

当然，磨炼出这样的人生态度需要经历许许多多的困难痛苦，也并非是一件轻易就能得到的人生感悟，但是我还是想给你提出这样的建议，我们至少不应该因为无法得到的东西，而把我们的人生浪费在抱怨和自卑之中，你越是接受自己，你就会变得越自由。

还有，如果你的男朋友是一位聪明的人，他也会对变得堂堂正正、更加自由的女朋友给予更高的评价

。

P15-17

## <<别说你没精神病>>

### 编辑推荐

《别说你没精神病--精神科专家杨昌顺的门诊实录》由杨昌顺所著，“做自己的主人，人生充满希望！”解决自身问题的力量蕴藏于丰富的内心世界！  
防微杜渐，让小小的心理问题不至于发展到精神疾患！  
身处巨变中的中国，每天我们都要直面生活中的压力！  
看似不起眼的种种表现，可能正是精神疾病的诱因！

<<别说你没精神病>>

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>