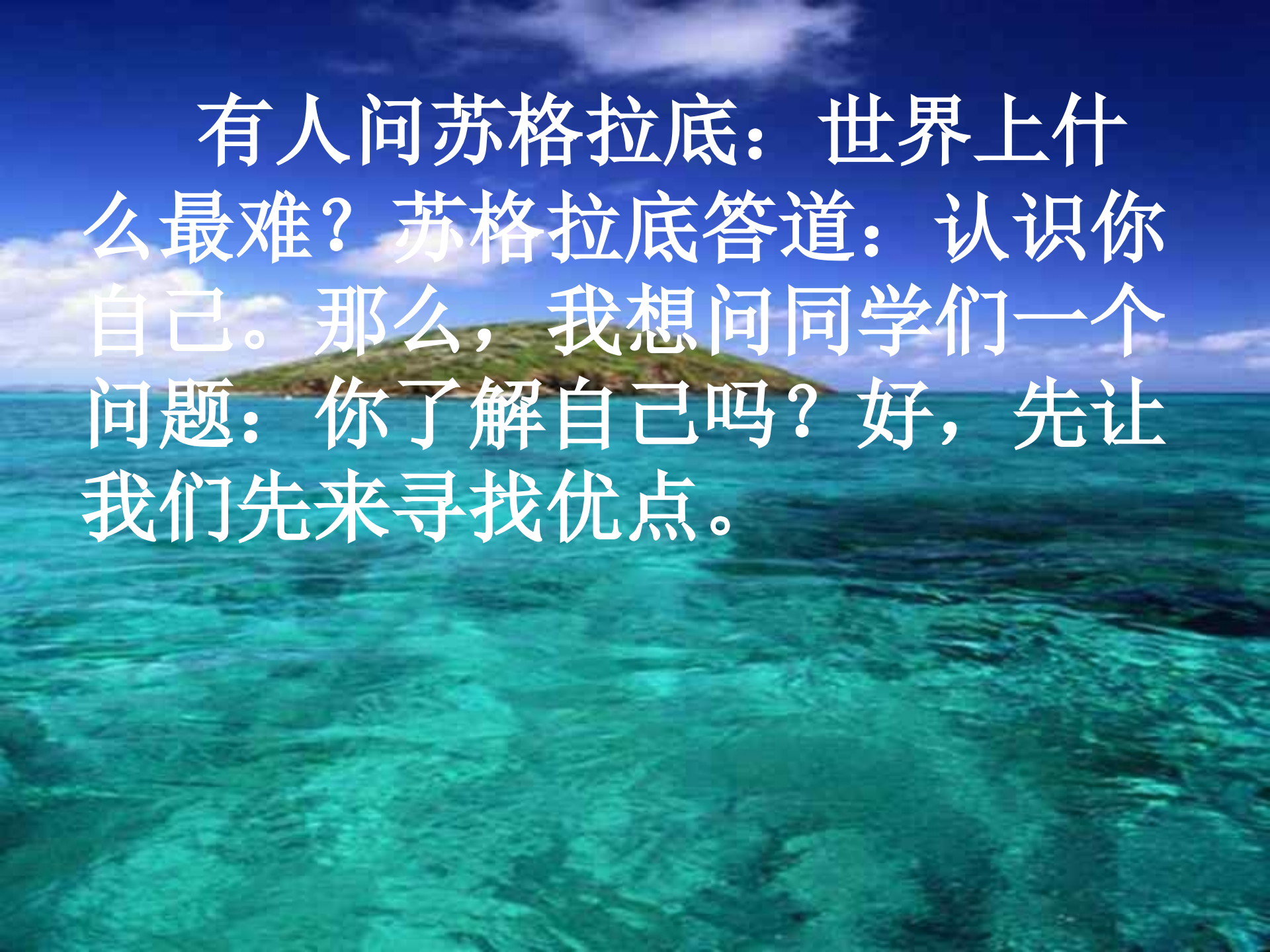


正视自己改变自己





有人问苏格拉底：世界上什么最难？苏格拉底答道：认识你自己。那么，我想问同学们一个问题：你了解自己吗？好，先让我们先来寻找优点。

讲自己的优点

“尺有所短，寸有所长”。其实每个人都有自己的优势和长处。“天生我才必有用”我们要学会欣赏自己，学会暗示自己：我可以，我能行。不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才显得难以做到。拥有自信我们就能逐步摆脱“事事不如人”阴影的困扰，就会感到生活有盼头，从而保持奋发向上的劲头。

讲自己的缺点或存在的问题。

自信不是孤芳自赏，也不是夜郎自大，更不是得意忘形，毫无根据的自以为是。我们要客观地看到在我们身上还存在这样或那样的问题，而这些正是我们通往成功之路的绊脚石。



我把班里的一些现象也总结了一下，大概有下面几种：

作业

(1) 作业不会做，把别人的作业或参考书上的答案不加思索地搬到作业本上以便交差；

(点评：掩耳盗铃的做法，自欺欺人)

(2) 老师，我不会做，但我不想欺骗你，所以我不交作业；

(点评：诚实的孩子，遇到问题为什么不想办法解决，而让自己的包袱越来越沉重呢？)

这两种都属于遇到问题逃避问题，缺乏知难而进的精神。

上课

(1) 上课时“身在曹营心在汉”

(点评：缺乏专注)

(2) 上课不积极思考，机械地去抄笔记。

(3) 上课光用耳朵听听，没有用心，也懒得动手。

(4) 有一小点疑问，就去和同桌理论，失去了自我思考，同时也耽误了后面的听课。

(5) 想想自己就听不懂，于是这节课就浪费了。

(点评：凡事都不做积极准备)

(6) 课上没弄懂的问题不主动找老师和同学解决，导致问题愈积愈多。

(7) 不喜欢老师，干脆放弃听课。





自 习

(1) 自习课以讨论问题开始，闲聊告终。
(点评：自制能力差，受不了诱惑)

(2) 自习课去问老师问题或到校医室看病时
顺便到外面散散步

(3) 自习课看到别人讲话，总忍不住要凑一份

(点评：缺乏自制力，随意挥霍时间)

(4) 早自习来后不能充分利用。

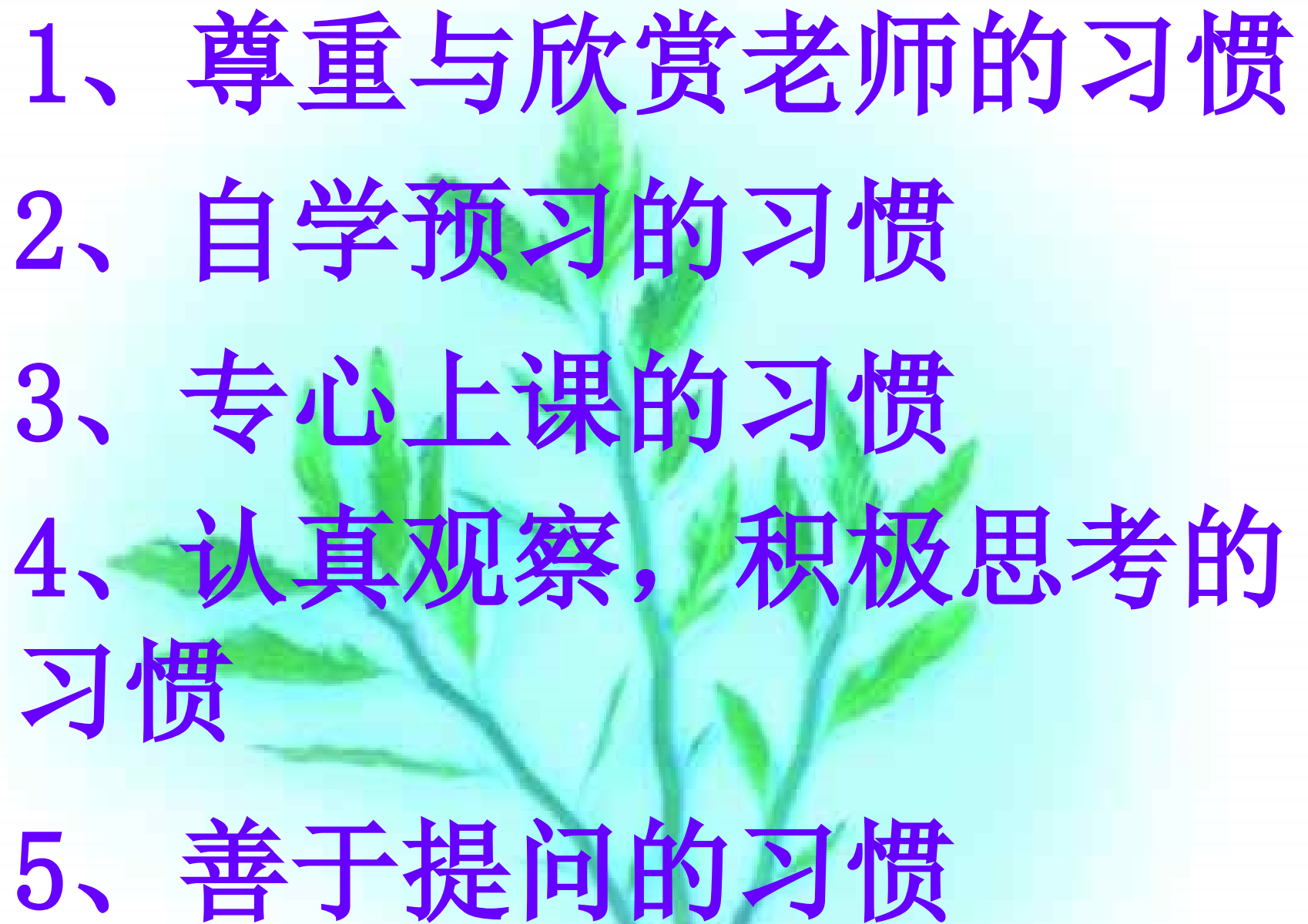
晚上

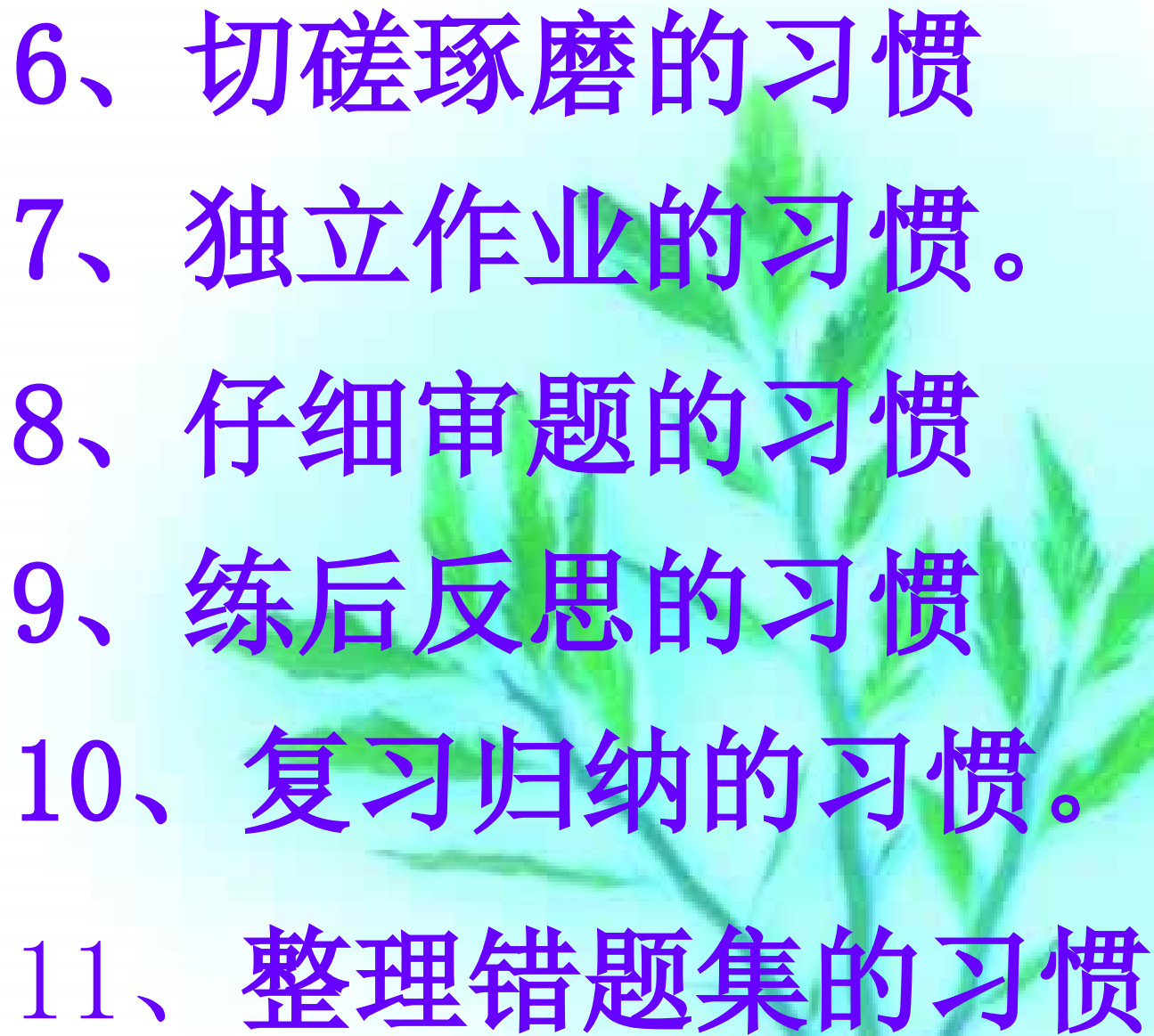
- (1) 没有一定的计划，在几科轮换中时间匆匆溜走。
- (2) 假借喝水上厕所去客厅看电视。
- (3) 欺骗家长，假装在屋子里学习，其实在幻想，在打盹，在听MP3，在看小说，在听电视的声音……
- (4) 当天知识没有及时巩固消化复习



总评：（没有长远的目光，对自己的人生没有计划性）

这些现象都是很平常细小的事情，每天都发生在我们身边或身上。为什么会出现这些现象，我们从自己身上找找原因，就像病人生病了总得先找出症状才能对症下药，否则他吃再多的药，他也不一定能治好病；一个学生如果不知道造成成绩差的真正原因是什么，即使他再怎样用功，他也不一定能提高成绩。——点评——像这样的小事或许还有很多，日子一天天地过，事情一件件地做，不知不觉地就变成了你的一种习惯。坏习惯的力量是可怕的。

- 
- 1、尊重与欣赏老师的习惯
 - 2、自学预习的习惯
 - 3、专心上课的习惯
 - 4、认真观察，积极思考的习惯
 - 5、善于提问的习惯

- 
- 6、切磋琢磨的习惯
 - 7、独立作业的习惯。
 - 8、仔细审题的习惯
 - 9、练后反思的习惯
 - 10、复习归纳的习惯。
 - 11、整理错题集的习惯

改变自己

1、坏习惯会让自己自食恶果。

故事一：有个年轻人向理发师学理发，师父要徒弟先拿冬瓜进行练习，用剃刀把冬瓜上的一层薄薄的毛剃干净但不能损坏冬瓜皮。徒弟每次都很细心地把这层毛剃得干干净净而且冬瓜皮完好无损。但是，他每次剃完之后都会顺手把剃刀插在冬瓜上。师父要徒弟改掉这个坏习惯，但徒弟总是说：“没事的，我以后为顾客理发时绝对不会这样做。”结果，当徒弟为第一个顾客理完发时，顺手就把剃刀往顾客头上一插。

启示：我们一定要趁早改变坏习惯。



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/835030134111011324>