

<<青少年从零开始学>>

图书基本信息

书名：<<青少年从零开始学>>

13位ISBN编号：9787502834159

10位ISBN编号：750283415X

出版时间：2011-11

出版时间：地震

作者：赵永莉

页数：276

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>

<<青少年从零开始学>>

内容概要

我们都拥有自己不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。

每个人的机会都是均等的，关键在于你有没有奋斗的欲望和动力。

所以。

你必须好好为自己的生涯做一番规划，把你的所有能力组合起来，向着你生命中一个明确的目标前进——追求幸福的生活。

信心对于每个人的成长和成功，都是非常重要的。

自信的心态是一个人思考、行动所赖以支撑的心理基础。

当一个人树立起了信心之后，就可以克服对自己、对别人以及对生活本身的畏惧，对自己就有了全新的认识，从而勇于去完成远大的志向。

正确的思考方法可以提高你对工作的兴趣，如果你调整好了心态，以愉快的心情去工作，那么你人生的幸福感也许可以增加。

理解与掌握了种种情绪规则，也有助你走向成功；忽略或违背了它们，就会成为你走向成功的障碍。

摒弃错误的思想和行为，将快乐注入心灵、映在脸上，在生活中至关重要！

<<青少年从零开始学>>

书籍目录

第一章 成功源于自信

- 积极地进行自我评价
- 相信自己是个天生的优胜者
- 改变对自己的消极看法
- 全面接受你自己
- 让自卑远离自己
- 做一个“完全的人”
- 成就的大小取决于自信心的大小
- 用自信战胜挫折
- 走自己的路让别人去说吧
- 走出属于自己的道路
- 用行动来增强你的自信

第二章 成就事业第一步——目标

- 有了目标就有了希望
- 梦想是成功的先导
- 把梦想提升为具体的人生目标
- 把想得到的东西作为目标
- 正确的思维才能指导人生
- 明确自己的工作目标
- 制订明确的目标作为奋斗的方向
- 关于确定目标的4件大事
- 把目标化成每天要完成的任务
- 运用心灵，努力使目标实现

第三章 成功的保障——热忱的态度

- 热忱是世界上最大的财富
- 热忱是前进的动力
- 敬业精神是成功的可靠保障
- 增强热心，培养热忱
- 热忱使你把握更多的机会
- 从工作中寻找乐趣
- 全身心地投入到自己的工作中
- 保持饱满激情是持续工作的技巧
- 努力克服职业倦怠

永远不要让自己失去那份应有的热忱，

第四章 成功的捷径——正确的思考方法

- 灵活地思考是成功的必要条件
- 正确的思考是解决问题的关键
- 三思而后行
- 对问题要有所准备
- 正确的思考是致富的捷径
- 学会重新界定问题
- 与众不同的思考造就百万富翁
- 相信你的预感
- 学会预知正在来临的时机

.....

<<青少年从零开始学>>

- 第五章 成功的基本要素——高度的自制力
- 第六章 执著的人才能够站得比别人更高
- 第七章 保持强大的竞争力则要善于学习
- 第八章 永葆进取心，充分发展自己
- 第九章 树立创意意识，培养创造力
- 第十章 注重人格修炼，追求个性
- 第十一章 广交朋友，培养合作精神
- 第十二章 成功只差一点点
- 第十三章 正确对待金钱
- 第十四章 保持正确的精神航向
- 第十五章 让失败成为你的助力
- 第十六章 养成良好习惯，保持身心健康
- 第十七章 快乐是成功的法宝
- 第十八章 思想的力量是强大的
- 第十九章 合理安排时间，提高办事效率
- 第二十章 积极的行动才能构筑美好的人生

<<青少年从零开始学>>

章节摘录

版权页：于是，医生悟到这样一条道理：美与丑，并不在于一个人的本来面貌如何，而在于他是如何看待自己的。

如果一个人自以为是美的，他真的就会变美，如果他心里总是嘀咕自己一定是个丑八怪，他果真就会一脸丑相。

一个人如自惭形秽，那他就不会变成一个美人，同样，如果他不觉得自己聪明，那他就成不了聪明人；他不觉得自己心地善良——即使在心底隐隐地有此种感觉，那他也就成不了善良的人。

有这么一件事：心理学家从一班大学生中挑出一个最愚笨、最不招人喜欢的姑娘，并要求她的同学们改变以往对她的看法。

在一个风和日丽的日子里，大家都争先恐后地照顾这位姑娘，向她献殷勤，陪送她回家，大家以假作真地打心里认定她是位漂亮聪慧的姑娘。

结果怎样呢？

不到一年，这位姑娘出落得妩媚婀娜，姿容动人，连她的举止也同以前判若两人。

她对人们说：她获得了新生。

确实，她并没有变成另一个人——然而在她的身上却展现出每一个人都蕴藏的美，这种美只有在我们相信自己，周围的所有人都相信我们，爱护我们的时候才会展现出来。

许多人以为，信心的有无是天生的，不变的。

其实并非如此。

童年时代受人喜爱的孩子，从小就感觉到自己是善良、聪明的，因此才获得别人的喜爱。

于是他就尽力使自己的行为名副其实，造就自己成为自信的人。

而那些不得宠的孩子呢？

人们总是训斥他们：“你是笨蛋、窝囊废、懒鬼，是个游手好闲的东西！”

于是他们就真的养成了这些恶劣的品质，因为人的品行基本上取决于自信的。

我们每个人心目中都有各自为人的标准，我们常常把自己的行为同这个标准进行对照，并据此去指导自己的行动。

因之，我们要使某个人变好，就应对他少加斥责，要帮助他提高自信力，修正他心目中的做人标准。

如果我们想进行自我改造，进行某方面的修养，我们就应该首先改变对自己的看法。

不然，我们自我改造的全部努力便会落空。

<<青少年从零开始学>>

编辑推荐

《青少年从零开始学:成功学》：性格决定命运，细节决定成败。
为成功而战！
每天学点成功学，每天进步一点点，从点滴开始积累成功的财富。
临渊羡鱼不如退而结网，就让我们从此刻共同开始，为自己奋斗改写我们平凡的人生。
与行动的结合，才能促进成功的到来。
成功没有演习，只有踏踏实实的奋斗。
人生的精彩大戏，就从此刻开始。
奋斗，奋斗！

<<青少年从零开始学>>

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>