

<<杰出男孩要做的100件事>>

图书基本信息

书名：<<杰出男孩要做的100件事>>

13位ISBN编号：9787510410703

10位ISBN编号：7510410703

出版时间：2010-7

出版时间：新世界出版社

作者：赵楠

页数：308

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>

<<杰出男孩要做的100件事>>

前言

根据心理学家的研究，在生活的各个方面，杰出者和“平庸者”的差别通常不到1%！

一位西方学者指出：“不要期望依靠非凡的境遇取得成功，要抓住每一个平常的机会。

”抓住每一个平常的机会，需要努力，更需要智慧。

许多人之所以在生活中一事无成，最根本原因在于他们不知道自己到底要做什么，具体怎 / z,去做，却又往往用“心有余而力不足”来为自己的努力方法不对而开脱。

其实，只要用少许的时间学习，了解某些简单的人生法则，然后积极地去实践，你便会受益一生，逐渐步入卓越者的行列！

世界著名撑竿跳高名将布勃卡有个绰号叫“一厘米王”，因为在一些重大的国际比赛中，他几乎每次都能刷新自己保持的纪录，将成绩提高一厘米。

当他成功地跃过6.25米时，无不感慨地说：“如果我当初就把训练目标定在6.25米，没准儿会被这个目标吓倒。

”莱得是英国知名作家兼战地记者。

“二战”结束后，他谋到了一个写广告剧本的差事。

出于信任，广告商也没有明确他一共需要写多少个剧本。

心平气和的莱得一直不停地写，竟然完成了2000个广告剧本。

这个成绩，后来连他自己都感到吃惊——如果当初广告商要与他签订合同的话，别说2000个剧本，就是1000个，他也未必敢揽这份差事。

很多人明明知道应该做什么，却没有付诸实践的动力，没有坚持下去的毅力，结果碌碌无为地度过了平庸的一生。

这不能不说是一种遗憾。

积沙成丘、集腋成裘的道理每个人都懂，但是很少有人将这些道理付诸行动；而成功的人往往就是那些将这些道理变成行动的人。

<<杰出男孩要做的100件事>>

内容概要

当你想要做什么的时候。

全世界都为你开路；当你犹豫踌躇的时候，任何事情都会成为你的借口。

当你苦闷的时候。

有一千种理由抱怨。

但却没有一种理由浪费青春。

人生就像一场比赛，充满了挑战与竞争。

想要赢得比赛，唯有坚持不懈，勇往直前，努力拼搏。

每一点一滴的进展都是缓慢而艰巨的，为了将来的杰出。

你现在就要为自己的目标去奋斗！

许多人之所以在生活中一事无成。

最根本原因在于他们不知道自己到底要做什么，具体怎么去做，却又往往用“心有余而力不足”来为自己的努力不够而开脱。

其实。

只要用少许的时间学习，了解某些简单的人生法则。

然后积极地去践行。

你便会受益一生，逐渐步入卓越者的行列！

<<杰出男孩要做的100件事>>

书籍目录

一、规划人生，学会选择和制订适合自己的目标 1.要充分认识到制订人生目标的重要性 2.开始考虑和尝试进行自我职业规划 3.努力探求生命的价值 4.为制订能够激发自我的目标做好准备 5.为了看清自己而思考一些问题 6.尽力去了解 and 正确认识自己 7.要知道自己能干什么和不能干什么 8.学会进行最正确的判断，避免选错目标 9.学会准确地确立最适合自己的优势目标 10.果断地抛弃规划未来中各种无形的包袱或绊脚石 11.树立积极成功的自我意识 12.尝试竭尽全力去开发自己的潜能 13.撰写能够激发自我潜能的个人使命宣言 14.大声地说出你的人生梦想 15.坚强执著地去追逐自己的人生目标 16.测试一下自己是否能够创造美好的前途 17.测试和了解自己的职业性格特征 18.了解杰出的人才应具备的一些条件

二、优化学习方法，改善学习能力 19.养成良好的读书学习习惯 20.学会选择适合自己的读书方法 21.采用丰富多彩的方式调动学习的积极性 22.在学习中投入高度的注意力 23.掌握和运用创造性学习方法 24.把学习和思考完美结合起来 25.在学习中做珍惜时间的有心人 26.通过自身的努力来预防和战胜厌学的情绪 27.克服课堂听讲中的不良习惯 28.学会科学地做课堂笔记 29.加强语文素养，为学好其他科目奠定基础 30.重视哲学的作用，努力学好哲学 31.学会有效地收集和使用信息 32.着力培养自己的自学能力

三、加强品格修养，树立正确的人生态度 33.充分认识严格要求自己的重要性和必要性 34.在生活中注重自律，学会自我约束 35.学会正确地对待别人的批评 36.努力远离自满，培养谦虚的品格 37.从小处着眼培养守信用的习惯 38.学会正确对待和改正错误 39.养成时常自我反省的习惯 40.坚决抵制和远离庸俗有害的嗜好 41.注重生活中的文明礼仪，培养绅士风度 42.学会控制自己容易冲动的情绪

四、塑造成功性格，培养良好习惯 43.把握塑造和优化自己性格的基本原则 44.在日常生活中培养良好的性格 45.有目的地选择好习惯去取代不良习惯 46.积极地对待自己与现实的矛盾 47.树立竞争意识，积极参与竞争 48.学会果断，摆脱优柔寡断的习惯 49.阻止消极的思想，积极战胜逆境 50.远离任性，克服自我中心意识 51.增强热心，使自己充满热忱 52.培养顽强执著的意志品质 53.用梦想鼓舞斗志，训练意志力 54.克服学习和生活中“马虎”的不良习惯

五、学会交往，建立和谐的人际关系 55.树立正确的交往观念，建立良好的同伴关系 56.积极结交能促使你进步的人 57.学会分辨与接纳不同类型和层次的朋友 58.学会和谐融洽地与别人相处 59.学会与同龄异性进行正常的交往 60.积极调节和消除父母之间的矛盾 61.尊重和善待你的竞争对手 62.宽容地对待那些喜欢争强好胜的朋友 63.把握住“交友宜精不宜多”的原则 64.把“守时”视为美德 65.无论如何都要尊重老师 66.学会保持理智，在生活中避免树敌 67.积极培养自己的合作精神

六、肯于付出努力，全面培养自己的素质 68.为追求卓越而全面培养自己的能力 69.掌握学习活动中的观察方法 70.培养敢于冒险的精神和善于冒险的能力 71.主动吃些苦，经历些磨炼 72.多走些路，比别人多努力一点 73.通过适度的自我奖赏提升做事的动力和效率 74.通过训练培养持久的注意力 75.善于挤时间，充分利用时间 76.运用自我暗示，培养积极心态

七、积极培养实践动手能力和运动能力 77.重视培养自己的动手能力和实践能力 78.自己主动动手去“实验”和探索 79.到野外去捕捉和采集昆虫 80.学会制作昆虫标本 81.积极参加有挑战性的体育运动 82.充分认识体育锻炼的重要性 83.努力养成良好的运动锻炼习惯 84.在业余时间多打打篮球 85.把双手锻炼得更灵活 86.学会安全上体育课，避免意外伤害

八、学会思考，激发独特的创新精神 87.在需要的时候要稍微动一下脑筋 88.积极进行创造性思维 89.培养创造性个性品质 90.掌握高效思维的方法，提高思维能力 91.追求创新，敢于突破能力定势 92.放弃思维定势，避免犯“想当然”的错误 93.重视培养独立思考能力 94.努力摆脱盲目的从众心理 95.积极开发你的想象力 96.学会推理，掌握解决复杂问题的要领 97.精心呵护和激发自己的好奇心 98.进行开动脑筋的创造性的模仿 99.学会激发和捕捉瞬时突发的灵感 100.加强自己的创造能力和应变能力

<<杰出男孩要做的100件事>>

章节摘录

1充分认识到制订人生目标的重要性活中，很多年轻人之所以毫无建树，最主要是因为他们认为天才或成功是先天注定的，他们只是羡慕别人的成功，却不相信自己的能力，在犹豫和彷徨中浑浑噩噩地度过一年又一年，这是非常荒唐可笑的。

一粒煮熟的种子即使在适宜环境下也不会发芽、生长；而且，橡树种子会成长为橡树，而不会成长为松树，这都是十分自然的事。

但是，不要因为自己现在还不是高大的橡树，就认为自己不可能像橡树一样高直，因为世上被称为天才的人，远比实际上成就天才事业的人要多得多，这是一个不争的事实。

在马拉松比赛中，运动员在起跑以后，他所见的也只是前面不远的道路。

同样的，在制订自己目标的一开始，没有谁能真正看清自己希望企及的目标。

在具体实施自己的目标的时候，聪明的人所依靠的是手上的火炬来照亮自己脚下的路，而不是高高挂在天空的若隐若现的星星。

因为只有这样，他才能够信心百倍，毫不畏惧，一直跑下去。

尽管远方的路一片黑暗，但手中永不熄灭的火炬会让他看清眼前的路，并且坚定地跑下去。

目标对于一个人来说极其重要，他的未来的一切都取决于他为自己所制订的人生目标。

人生目标也可以影响一个人的动机和行为方式，改变一个人的生活，重塑一个人的性格。

毫不夸张地说，一个人的命运如何，就取决于这个人自己为自己所制订的人生目标。

因为一个人整个生活都是在人生目标的指引下进行的。

如果你为自己制订的人生目标比较浅显，那么，你的生活格调就会显得比较低下，生活质量也就趋于低劣，思想苍白，语言空洞；反之，在高远的目标指引下，你的生活则丰富许多，你的人生也会变得充实而有品位。

人生目标体现了一个人的风度和修养，也反映了一个人苦苦追寻和魂牵梦绕的东西。

如果我们总是期望更好、更高、更神圣的东西，并为此付出艰苦的努力，那么我们就一定会达到自己的目标。

我们在日常生活中表现出来的个性特征，往往反映出自己对自己的希望和要求，你的一言一行都能反映出你的生活打算和人生态度。

<<杰出男孩要做的100件事>>

编辑推荐

《杰出男孩要做的100件事》编辑推荐：用百分百的努力铸造无悔的青春；用百分百的激情点燃希望的曙光。

想不留下遗憾，就要把握机会；想离成功更近，就要付出努力。

今天的努力辛苦，意味走向明天成功辉煌。

做一个性格坚强、充满智慧、出类拔萃的男子汉，每个人的潜力都是一样的，唯一不一样的是你发挥了多少。

<<杰出男孩要做的100件事>>

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>