

<<别为我操心>>

图书基本信息

<<别为我操心>>

内容概要

《别为我操心：青少年自我管理技巧》分为三个主要部分：“基本原则”，“整理你的空间”，以及“管理你的时间”。

从“基本原则”读起（《别为我操心：青少年自我管理技巧》的头两章），这给你打下所需要的基础，这是使你未来所有努力成功的基础。

然后跳到会你最感兴趣的第二和第三部分的具体章节，从而加快从几到外调节的努力。

那么，既然你很清楚是为了自己而要这样做，就让我们行动起来吧。

<<别为我操心>>

作者简介

朱莉·摩根斯坦：本书的作者，曾经是《奥普拉之秀》、《今天》、《美国，早上好！》等许多电视节目的客座主持人。

她曾在公共广播公司（PBS），为她的第一本书主持了一次特别的节目，颇受欢迎。

她还是《O杂志》即《奥普拉杂志》的撰稿人。

杰茜·摩根斯坦·考伦：是一个高中学生，她上学、跳舞、写作，还是青年组织的领袖。母女二人生活在纽约。

<<别为我操心>>

书籍目录

序言：杰茜说：为什么要管理？

第一部分 基本原则第一章 什么阻止了你进步？

第二章 成功的三个步骤：从内到外的协调第二部分 整理你的空间第三章 整理你的空间和物件第四章 你的房间第五章 学习用品第六章 相片、纪念品、收藏品第三部分 安排你的时间第七章 安排时间的方法第八章 学习第九章 课外活动第十章 社交生活后记：致父母和老师

<<别为我操心>>

编辑推荐

美国第一位专业管理者同自己的女儿合作，为青少年提供了一套管理生活方方面面的简易体系。我们需要更多自由的时间和空间，可以做自己想做的事。只要掌握简单的自我管理技巧，我们在各方面都可以表现出色，不需别人为我操心。

<<别为我操心>>

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>