

<<做最好的自己>>

图书基本信息

书名：<<做最好的自己>>

13位ISBN编号：9787119069449

10位ISBN编号：7119069446

出版时间：2011-6

出版时间：外文

作者：刘佳辉

页数：226

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>

<<做最好的自己>>

内容概要

《做最好的自己》从激发潜能、自信自强、呵护心灵、善于舍弃和学习以及经营家庭等方面入手，深入剖析了当前大部分年轻人对成功理解偏颇与自我定位迷茫的根源。

<<做最好的自己>>

书籍目录

第1章 激发潜能——通过改变潜意识改变自己正确认识自己不要自我设限要勇于挑战自己自我肯定强化自信本色出演人生大戏保持激情让你乐此不疲灵感比黄金更重要坚信的都会变成现实第2章 相信自己——坚持和成功源于强大的自信自信是成功的第一秘诀自信心需要培养积极暗示强化自信自信有助赢得机遇发挥所长建立自信自信能产生奇迹必须找回你的自信自信决定人生的高度第3章 自立自强——甩掉依赖，还原真“我”独立是成功的基石笑看一切不幸不断提高自己的能力要持续进取不安于现状充满强烈的成功欲望绝不轻言放弃不断地追求卓越第4章 明确目标——知道自己真正想要什么设定目标是成功第一步梦想照亮未来的奇迹远大目标是成功灯塔自我加压获成功动力敢想敢做梦幻成现实步步为营实现目标坚持不懈才能成功第5章 敢于舍弃——懂得放弃，才能真正拥有为了兴趣敢于放弃舍瘦羊得“肥缺”淡泊名利不失名利放弃升华人生做你最喜欢做的事该放弃时就放弃勇于放弃赢得更多第6章 用“心”学习——不断提升自我价值积极的心态重于勤奋方法比勤奋更可贵我的天堂我做主把学习进行到底让自己变得不可或缺有心人天不负改掉拖拉的毛病高效工作需要技巧第7章 呵护心灵——让心灵做一次深呼吸勿让悔恨毒害心灵遗忘让人生更洒脱最简单的心最快乐走出社交恐惧阴影找个理由原谅自己分解目标轻松实现心胸开阔不动怒自己决定是否快乐第8章 我爱我家——家好才是真的好相互信任是恩爱的前提感情必须善加呵护温柔才是长久的美丽女人同样需要尊城重别让感情在沉默中“变态”爱在心不在形式家不是出气的地方路边的野花不要采

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>