

<<女人30岁之前不必计较的30种事>>

图书基本信息

书名：<<女人30岁之前不必计较的30种事>>

13位ISBN编号：9787502831691

10位ISBN编号：750283169X

出版时间：2007-8

出版时间：地震出版社北京发行部

作者：杨燕民

页数：242

字数：258000

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>

## <<女人30岁之前不必计较的30种事>>

### 内容概要

本书以女人30岁之前不必计较的事情为线索，通过大量的事例与简单的道理，从30个方面有针对性地为30岁之前的女人解除精神痛苦，摆脱失落感，减少生活和事业的压力，从而使她们赢得更美丽的人生。

学会看开、学会看淡、学会看远、学会看透、学会看准，运用你的智慧，你会找到原本属于你的快乐、你的成功！

女人是世界上最亮丽的风景，而一个30岁的女人，她更是青春、成熟、美丽等的代名词。

正因为30岁的美好，才使得处于这个时期的女人，给自己的内心施加了太多的外在影响，她们会对太多的事情过分在意。

刻意追求。

其实，30岁以前的女人大可不必这样做，只要坚持本我。

做最真的自己也是很好的选择。

因此，本书以女人30岁之前不必计较的事情为线索，通过大量的事例与简明的理论，从30个方面有针对性地为30岁之前的女人解除精神痛苦，摆脱失落感，减少生活和事业的压力，从而使她们赢得更亮丽的人生。

## &lt;&lt;女人30岁之前不必计较的30种事&gt;&gt;

## 书籍目录

1. 时尚——永远不可能成为真理 时尚并不是真理 采取正确的方式, 把握适度的原则 不被奇怪的时尚所迷惑 随波逐流将让你失去自我 女人的魅力体现在气质上

2. 格调——追求自己真正的精致生活 女性真正的风度 女人, 需要有生活的格调 不能放弃自己的爱好 让自己成熟、从容起来

3. 犯错——年轻人的专利 犯错是年轻人的专利 失败也是可以补救的 直面既成的事实而非哭泣 牢记教训, 永不再犯 在错误中汲取教训

4. 成熟——生活中更需要真实 成熟究竟是怎么一回事 可以选择单纯, 但必须拒绝幼稚 成熟并不是“老”的代名词 丰富自己的内心 用智慧撑腰, 用心态坐镇

5. 孤独——享受寂寞, 平和自己的心态 孤独有时也是一种享受 寂寞是一种心境的升华 为自己的快乐而活

6. 失意——学会掌控人生的全部 失意并不可怕, 只要不矢志 坚韧的品格可以赢得一切 用微笑面对一切

7. 缺陷——发现你的优势, 挖掘你的潜能 让不幸成为成功的动力 真正地认识自我 接纳自我 选择适应、选择改变

8. 误会——太过在乎反而显得虚弱 用心、用时间去体会人和事 对人对事不要太认真 欣赏而不是挑剔别人 理解是一缕精神阳光

9. 流言——冷静坦然地面对 从积极的角度理解那些不中听的话 不必太在意他人的看法 如何应对搬弄是非之人

10. 稳定——适应并掌握生活的变化 变化才是人生的真谛 要生存就要打破外壳 不妨有些野心

11. 压力——平衡自己的工作与生活 你可以除掉生活中的压力 承受磨难与享受幸福 忙里岂能不偷闲 运动放松心情 生活离不开眼泪 非做不可的事不能太多 放松疗法 像善待他人一样关爱自己 回归大自然

12. 年龄——你可以让自己永不凋谢 在年龄面前, 人是无能为力的 女人是永不凋谢的花 30岁的女人最美丽 驻颜有术, 花开不败

13. 在乎——永葆乐观的心情 太过在乎意味着虚弱 所谓幸福的人 学会养量 永远向前看

14. 放弃——放弃的背后是机会 放下后才会有快乐 人可以记忆, 却不必回忆 放弃并不代表丢弃 不必羡慕别人的美丽花园 做适合自己的事情 换个角度看得失 追求美, 但不追求完美

15. 评价——不要因为别人而改变自己 有个性才能有成就 任何时候都要学会平衡自己的心态 坦然面对自己的人生境遇

16. 失败——来得越早越好 失败感是怎么产生的 没有失败, 只有放弃 过去不等于未来

17. 薪水——机会比金钱重要得多 薪水并不是工作的全部 现代女性如何进行职业规划 瞄准目标去做事

18. 面子——别因为毫无意义的东西而失去更多 死要面子活受罪 走出虚荣的死胡同 你是在为虚荣而忙碌吗 虚荣和自尊的平衡 克服人际交往中的心理障碍

19. 机遇——成功属于追求者 只有懒汉才迷信机遇 错过了太阳就不要再错过月亮 做每一件事, 都要竭尽全力 你可以创造机会 成功属于追求者

20. 不公平——接受并适应所有的不公平 接受并适应所有的不公平 事必如此, 别无选择 适者生存 建立一种积极的心态 挑战你的缺憾 正确面对生活中的不幸 将生活的主动权控制在自己手中

21. 经验——不要把经验当成桎梏 学会变通 错觉常常让我们措手不及 常规就是我们的陷阱 坚持不总是你的优点 不要让一些东西蒙蔽你的眼睛 路走不通, 问题恰恰出在自己身上

22. 完美——完美主义是一个美丽的错误 十全十美在生活中是很难找到的 何谓完美主义 不必吹毛求疵 完美主义者的表现 缺憾也是一种完美 人生总有缺憾

23. 地位——在职场中获得成功 职业女性与上司相处的艺术 女性如何获得老板的器重 善用你的女性“职场资本” 女人如何争取自己的事业 别让“资产”成为你的“包袱”

24. 平凡——在平凡中体会生活的真谛 庸人与烦恼 享受你的平凡

25. 冒险——人最大的危险就是不敢冒险 困难没有我们想象的那么可怕 勇气才能撞开“虚掩的门” 勇敢地做境遇的主人 从未冒过险的人是绝不会成功的 冒险是勇敢精神而不是盲目冒险

26. 烦恼——世上本无事, 庸人自扰之 控制自己的思想 请脱去烦恼 明天有明天的烦恼

27. 付出——体会付出之后的快乐 帮助别人就是帮助自己 人的本性是自私的吗 自私者自毁 给自己立个规矩 自私心理自我调适

28. 容貌——承认自己, 接纳自己 承认真实的自己 应该重视的形象设计 天下没有丑女人, 只有懒女人

29. 虚名——太计较名利只会更加疲劳 太计较名利只会更加疲劳 欲望太盛心难静 金钱压住了你的心灵

30. 竞争——给你带来更美丽的春天 有对手的日子你才能更成熟 竞争给人带来动力 在任何时候都要占得先机 力争主动 不要把自己摆在绝对竞争的位置上

<<女人30岁之前不必计较的30种事>>

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>