

<<优秀女孩要做的100件事>>

图书基本信息

书名：<<优秀女孩要做的100件事>>

13位ISBN编号：9787510410697

10位ISBN编号：751041069X

出版时间：2010-7

出版时间：新世界

作者：赵楠

页数：306

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>

<<优秀女孩要做的100件事>>

前言

雅芳公司女总裁钟彬娴的母亲是一位非常优秀的女性。她早年曾就读于加拿大的多伦多大学，当时，她是班上唯一的一名就读化学专业的女生。钟彬娴的母亲希望女儿也能像她一样，自强自立。因此，她经常教导钟彬娴说：“男孩子能做的事，女孩子也绝对都能做。只要努力，女人无论在哪个领域都能到达顶峰。”钟彬娴永远记住了母亲的这句话。

在雅芳公司，她一步步地获得成功，并最终成为《财富》500强企业中的6位女总裁之一。当然，在前进的道路上，钟彬娴也曾遇到过许多困难与阻力，但她始终有坚定的信心和勇气，通过不懈的努力去克服各种障碍，勇往直前。

一对从农村来城里打工的姐妹，几经周折才被一家礼品公司招聘为业务员。她们没有固定的客户，也没有任何关系，每天只能提着沉重的钟表、茶杯以及各种工艺品的样品，沿着城市的大街小巷去寻找买主。

5个多月过去了，她们跑断了腿，磨破了嘴，仍然到处碰壁，连一个钥匙链也没有推销出去。无数次的失望磨掉了妹妹最后的耐心，她向姐姐提出两个人一起辞职，重找出路。姐姐说：“万事开头难，再坚持一阵，兴许下一次就有收获。”妹妹不顾姐姐的挽留，毅然告别那家公司。

6年后，姐姐不仅拥有了汽车，还拥有100多平方米的住房和自己的礼品公司。而妹妹的工作却走马灯似的换着，始终没有稳定的收入。妹妹向姐姐请教成功真谛。姐姐说：“其实，我成功的全部秘诀就在于我比你多了一次努力。”

<<优秀女孩要做的100件事>>

内容概要

《优秀女孩要做的100件事》的主要内容包括：改善学习技巧，提高文化修养 提高自身素质，为成为优秀女孩奠定坚实的基础 努力使自己成为一个自信开朗的女孩 完善自我，克服女孩常见的性格心理缺陷 接受艺术熏陶，培养才艺特长 培养爱心，在生活中表达感激和热情 追求自强自立，学会处理生活中的难题 学会做一个阳光健康的女孩 努力做一个快乐幸福的女孩

<<优秀女孩要做的100件事>>

书籍目录

一、掌握学习技巧，提高文化修养 1.为使学习变得更为主动而制订计划和时间表 2.有计划地积累知识，强化知识结构的整体效应 3.克服畏难心理，按部就班地去学 4.掌握和运用较好的思维学习方法 5.学会快速阅读的方法和技巧 6.以科学合理的方式使用参考书 7.做好读书笔记，牢固地掌握重要的知识 8.学会灵活思考和解决问题，培养在考场中取胜的随机应变的能力 9.每天抽出15分钟来读课外书 10.一定要注意提高自己阅读的品位 11.在日常生活中注重积累知识和材料 12.掌握增强记忆力的基本技巧，提高学习效率 13.在学习中要注意坚持独立思考 14.注重实践能力和动手能力的提高 15.要充分认识和了解有助于你成功的动力 16.了解成为优秀女孩需要特别培养哪些智力 17.年轻女孩应该特别关注的学习能力 18.学会不懈地去努力开创自己的未来 19.学会积极激发自己的潜能 20.培养捕捉机遇所需的敏锐的观察力 21.努力发挥创造力，树立创新意识 22.积极培养丰富的想象力 23.为培养良好的口才技巧而努力 24.学会坦诚、实在的表达方式 25.学会在日常生活中关注细节 26.掌握处理人际关系的基本原则 27.培养自己的组织与协作能力 28.参加拓展训练，提高综合素质

三、努力使自己成为一个自信开朗的女孩

四、完善自我，克服女孩常见的性格心理缺陷

五、接受艺术熏陶，培养才艺特长

六、培养爱心，在生活中表达感激和热情

七、追求自强自立，学会处理生活中的难题

八、学会做一个阳光健康的女孩

九、努力做一个快乐幸福的女孩

<<优秀女孩要做的100件事>>

章节摘录

“学业失败，成绩差，对女生的影响远远大于男生。

”这是美国研究人员得出的最新结论。

美国华盛顿大学的研究人员对西雅图和华盛顿的近千名居民进行了访问调查。

研究人员按照性别将受访者平均分为两组并进行跟踪随访。

结果显示，这些人中有45%的女生和68%的男生经历过重大学业失败，如成绩一直处于下游，曾被要求休学或者辍学，连续考试也不能进入理想的学校等。

结果发现，有22%的女生因此对生活失去信心，自暴自弃，甚至患上严重的抑郁症，影响今后的职业选择；但只有17%的男生会因为学业受到影响。

这项研究表明，学业失败对女生的心理健康也会造成重大影响。

因此，家长和社会有必要对她们给予更多的心理关注。

不管男孩还是女孩，为了取得理想的学习成绩，首先要能够经常坚持有重点地进行系统学习，这就需要合理制订计划，科学安排时间。

一个好的时间表可对学习做整体统筹，从而可以节约学习者的时间和精力，提高学习效率。

很多学生经常将时间浪费在做决定上，整日考虑学什么，什么时间学，要搜集什么样的材料，以至于难以迅速进入学习状态，一张好的时间表即可避免这些情况。

并且，一张时间表可将日常学习细节变成习惯，使学习变得更为主动。

此外，没有时间表的指导，你就极可能将应该认真学习的时间耗费在消遣上，比如看电视、翻杂志、上网玩游戏和闲聊，等等。

时间表的益处还在于，它能够帮助学习者将各项学习活动的活动规律和学习时间完美结合起来。

为了成为一个学习成绩优秀的女孩，你首先应该思考如下问题：你制订了学年的学习计划吗？

有假期的功课表吗？

编制了每一门的功课表吗？

每天要做什么事情，自己都很明确吗？

制订学习计划时，你和家长或老师商量吗？

你的睡觉、起床、运动、游玩等活动按时进行吗？

<<优秀女孩要做的100件事>>

媒体关注与评论

为了生活中努力发挥自己的作用，热爱人生吧！

——罗丹你若要喜爱你自己的价值，你就得给世界创造价值。

——歌德社会犹如一条船。

每个人都要有掌舵的准备。

——易卜生

<<优秀女孩要做的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>