

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

图书基本信息

书名：<<孩子在学校学不到的50个技能>>

13位ISBN编号：9787807532651

10位ISBN编号：7807532653

出版时间：2010-7

出版时间：哈尔滨出版社

作者：王珂

页数：182

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>

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

内容概要

我们总会离开校园，进入社会。

在这时，足够的社交能力能帮助我们在与人交往时大方得体，展现出良好的举止；理性而有计划的理财习惯会让我们手里开始有闲钱，能满足我们的日常所需；成熟的学习习惯能让我们不断汲取知识，一生都在进步；安全、健康、旅游方面的技能则更让我们安然处世，并享受生活。

本书告诉你孩子在学校学不到的50个技能！

要注意的是，如果要获取书中提到的50个技能，并不只是简单地读一读这本书而已，而要通过实例、交谈、演示去获得，理论永远是灰色的，只有结合实践，我们才能从书中得到真正的裨益。

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

书籍目录

第一章与人交往

学会交往，让自己成为受欢迎的人
善于倾听，赢得对方的信任
真诚地赞美，认真发现他人之长
经营内在形象，人们会因内在美而欣赏你
走入人群，交到真诚的朋友
记住别人的名字，那是一张“通行证”
作好准备，让我们快乐地“约会”
懂礼貌，用尊重赢得尊重
学会沟通，能与人顺利地交谈
练好演讲，自如地表达自我

第二章学会理财

学会存钱，积少成多
尝试着作预算，让每一分钱花得清清楚楚
合理消费，无谓的消费就是浪费
学点儿经济学，作个小投资
在没有开始挣钱的时候，省钱就是挣钱

第三章学习规划

抓住灵感，你就是未来的爱因斯坦
成才，是可以规划出来的
专注，让你的学习事半功倍
学会平静，做任何事都需要安宁的心境
学会记忆方法，让记忆力变得好起来
管理自己的时间，别让时间不知不觉溜走
学会用音乐促进学习，别只是单纯地听声音
用各种途径激活大脑，培养一点儿创造力

第四章生活技能

学会自我约束，做一个有自制力的人
保持积极的态度，这样做任何事都会快乐
养成良好的习惯，这会让你一生受益
尝试与人合作，从中体会合作的快乐
学会培养自己的兴趣，让你的人生多姿多彩
培养自己的幽默感，那是一种智慧
布置好房间，让自己的心灵也宽敞起来
走进厨房，体会酸甜苦辣的味道

第五章处世能力

学会解决冲突，别让冲突演变成战争
愉快地竞争，竞争是一种人生态度
培养一种魅力，让人更想接近你
与人随和相处，浑身带刺交不到朋友
学会拒绝，并不是每件事你都应该去做
培养适应能力，善于融入新环境

第六章健康与心理

学会一些健康常识，身体是革命的本钱
懂得用药的小常识，吃错药可不是小事

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

能够独自看医生，别因一点儿小病拖累家人

选择一项适合自己的运动，并持续进行下去

养成良好的睡眠习惯，做一个会休息的人

培养自信，拥有自信的人与众不同

学会控制情绪，让自己成为理智的人

面对挫折，学会跌倒了就爬起来

第七章安全与旅行

识别潜在伤害，防患于未然

简单实用的防身术，有时候比“110”更管用

面对灾难，学会第一时间逃生自救

一个人出游，学会整理旅游装备

了解基本的地理知识，把世界地图装在脑子里

学些野外生存技能，以便应对危机

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

章节摘录

要善于消除自己在学习和生活中的紧张，学会放松自己，使得自己对待生活的态度更加积极。积极不是一个太紧张的状态。

如果一个运动员紧张得腿都抽筋了，他走上赛场的时候就积极不起来了。

一个演员上台之前紧张得话都讲不出来，他在台上也就无法正常发挥了。

很多演员在舞台上表演好像很成功，往往在上台之前非常紧张，这叫“演出综合征”。

紧张的结果往往是一提演出就感到畏惧。

有的演员就因为紧张，很长时间不能上台。

积极并不是必然的紧张状态。

要放松身心，要高高兴兴，要学会放松自己的心态。

人生就是一个大舞台，放松心态才能进入好的表演状态。

培养爱心 培养你对生活，对科学、对艺术、对文化；对人，对朋友、对家庭、对老师、对同性、对异性；对生命，对自然，对方方面的爱心。

有爱心，生活必然会积极。

积极的状态反过来也会增加爱心，这是相辅相成的事情。

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

编辑推荐

学会自我约束，做一个有自制力的人，学会解决冲突，别让冲突演变成战争，与人随和相处，浑身带刺交不到朋友，学会拒绝，并不是每件事你都应该去做，学会面对挫折，跌倒了就爬起来，学会控制情绪，让自己成为理智的人。

<<孩子在学校学不到的50个技能>>

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>