

<<挣脱生活的框框>>

图书基本信息

书名：<<挣脱生活的框框>>

13位ISBN编号：9787500662525

10位ISBN编号：7500662521

出版时间：2005-8

出版时间：中国青年

作者：陈雯琪

页数：178

字数：96000

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>

## <<挣脱生活的框框>>

### 内容概要

成功的第一步，在于能看到自己受限制的地方，并且去突破它。  
跳脱完美，心可以更自由；聪明工作，生活可以更轻松。  
你知道困住自己的框框在哪里吗？

<<挣脱生活的框框>>

作者简介

陈雯琪，笔名莫齐，现在美国堪萨斯州攻读心理咨商硕士，并担任教授助理职务。  
和先生深林带着三个幼小的女子一地卢努力。  
生活虽然忙碌，圆梦的过程去很充实。  
著有《新小媳妇幸福公约》等书。  
幽默的文笔、实用的建义、专业的分析、深受广大读者喜爱。

## <<挣脱生活的框框>>

### 书籍目录

Part 1 生活的框框 妄下结论—— 试过，才会知道结果 过度依赖—— 独立负责能让你自主、自在 漫无目标—— 要浪费生命，其实很容易 苛求完美—— 让人迷失自己的完美面具 自我设限—— 自怜的雪球 盲目随从—— 寻找学习的渴望 事无巨细—— 扬起快乐的翅膀 错认幸福—— 寻找自己幸福的定义 固守成见—— 试试看，很多事其实没那么难 自乱阵脚—— 再糟，也不过从头开始Part 2 工作的框框 吃苦耐劳—— 这么苦，什么时候才能熬出头？  
为钱工作—— 掌握金钱，还是被金钱掌握 不懂合作—— 别变成“可有可无”的人 放弃自己 坚持那条引你走向快乐的路 盲从人言—— 莫让他人操控你的决定 事必躬亲—— 累死人的坏习惯 牢记失败—— 悲观与乐观的差距 非赢即输—— 生活在数字挂帅的社会 伊视社会—— 生活该是你朋友，而非敌人 死守形象—— 偶像效应Part 3 人际的框框.....Part 4 心灵的框框

## &lt;&lt;挣脱生活的框框&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘“不——用——啦!”朋友受不了地挥挥手,“动脑筋想想吧!不用试我就知道了!”后来,室友还是找人修了车,在小心谨慎地使用下,车子果然又用了一年,顺利地撑到他毕业。

而这位坚信“不用试我就知道”的朋友,上完一学期语言学校就觉得太辛苦,也怪学校不够好,收拾行李嚷着要回家。

不论谁想鼓励他留下来完成学业,他只答道:“动脑筋想想吧,念个大学文凭回去有什么搞头?在这里只是浪费时间,不用试我就知道了!”另一位朋友也在同一所学校念书。

她是个安静的人,从小家人就说她什么也不行,因此她自卑感很重。

关起门在自己公寓里念书时,她常常自问的是:“我真的念得到毕业吗?我该继续坚持吗?”虽然如此,她还是选择留了下来。

好不容易,她熬过第一年,开始正式进入所选修的心理学领域。

她以为,只要能凭借着所学帮助自己从严重的自卑中解脱就已经谢天谢地。

想不到接下来的三年,她从小到大一直不怎么能见人的成绩居然开始突飞猛进。

快毕业时,她按照课堂要求用心地撰写出一份研究报告,教授看了十分满意,鼓励她发表这份研究。

她不可思议地望着教授,摇摇头:“不会有人要我的研究的。”

教授笑笑:“你不把旗子升上去,怎么知道不会有人想向它行礼?”因为教授的这句话,她铆足劲儿地继续完成这份研究。

隔年,这份研究被美国全国性的心理展览会接受展出。

她带着前所未有的感动与光荣,向所有人展示了她的心血结晶。

回家乡后,她意犹未尽。

在她平淡无奇的上半辈子,她始终相信别人告诉她的:她不够好,她不可能成功。

但在异乡撑过4年大学生活后,她的观念全然改变。

她开始相信自己有无限的潜能,也开始相信生活中的机会俯拾皆是,每向前推进一寸,距离成功就更近一寸。

开始,她以为自己不可能有能力念完4年,后来不仅拿到了学位,还以高分毕业。

接着她又向其他学校申请念硕士,勇敢地迈向第二个台阶。

尽管身旁的人劝她不要妄想,乖乖地过着目前平凡的生活就好,不可能有学校会资助她念书。

但她所看到的天空已不再相同,她内心回荡着的是教授的那句话:“你不把旗子升上去,怎么知道不会有人想向它行礼?” P3-4

<<挣脱生活的框框>>

媒体关注与评论

书评他以为自己只是有个遛狗不肯松绳的习惯，没想到久了不但狗痛苦，连他自己的天地，也被局限以绳子那么短的距离。

<<挣脱生活的框框>>

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>