

<<打造自信>>

图书基本信息

书名：<<打造自信>>

13位ISBN编号：9787508719580

10位ISBN编号：7508719581

出版时间：2009-2

出版时间：杨素梅、葛芳、张奕、吴颖惠 中国社会出版社 (2009-02出版)

作者：杨素梅 等著

页数：154

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>

## <<打造自信>>

### 内容概要

自信就是根植于生命之中的一颗种子。  
储存了我们生命的所有能量，自己就是种子的主人，呵护它的生长，陪伴着它生根发芽，为它浇水、施肥、采集阳光。

自信是我们每个人健康成长的源泉！

自信，就是自己相信自己的潜能。

相信自己有所为，有所不为。

只有真真切切地认识自己的人才能相信自己。

只有实实在在接纳自己的人才能喜欢自己。

心理学认为，我们生活在自己的感觉之中，我们的感觉左右着我们的生活。

假如有人说：我今天自我感觉良好。

那就意味着他内心充满着力量，他对生活充满着希望。

## <<打造自信>>

### 书籍目录

第一部分 学业自信1.一次不及格的考试2.我的考试成绩为何逐次下降3.有时突然想破罐破摔4.她比我学习好5.我不是不考虑自己的未来6.上学,我想放弃.....7.中考后.....第二部分 人际自信1.我和好朋友吵架了2.我很在意她的目光3.我已经长大了4.PARTY中的尴尬事5.老师为什么这么说我6.晴天霹雳一样的拒绝7.我配得上优秀的他吗8.朋友辜负了我的信任第三部分 体貌自信1.好怕别人注意到我2.别人的玩笑刺痛了我的心3.丑丫改造记4.矮个子的小博士5.雾里看花的烦恼6.老生病该怎么办7.我为什么没有她们好看8.丑小鸭的苦恼第四部分 应对困难自信1.我不再是优等生2.姥爷离我而去3.暴躁的父母让我忍无可忍4.不要来我家5.我坚信自己会比别人强

## <<打造自信>>

### 章节摘录

第一部分 学业自信

1. 一次不及格的考试小小事情让我烦周一上午第一节是数学课，教室里异常安静，课代表们默默地收作业，同学们你看看我，我看看你，表情严肃极了！上课铃响了，数学老师一步登上讲台，将一大摞上周的数学考试卷子摔在讲台桌上，瞥了大家一眼，没说话，每个同学都清楚这意味着什么……大家端正地坐着，就连最爱说话的小伍也目不转睛地看着黑板，等待着数学赵老师说话。

班级里静得连掉一根针都能听得清清楚楚，我听着自己的呼吸声，思绪万千……一年前，爸爸妈妈就为我制定了目标，一定考进这所重点初中，为此，我小学六年级一年基本没休息过，除了上培训班，就是在家复习功课，爸爸妈妈也为此牺牲了很多休息时间陪着我。

记得收到学校录取通知书的那天，我们全家欣喜若狂，激动得眼泪都掉下来了……因为，如果能进入一所重点初中学习，离重点高中就一步之遥。

## <<打造自信>>

### 编辑推荐

《打造自信》由中国社会出版社出版。  
自信是一种乐观面对生活的心态，绝大多数的失败都是由于缺乏自信。  
古人云：长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。  
只要我们自己相信自己，自信的大树就会茁壮成长。  
只要自己相信自己，他人就会相信你。  
相信自己：我能行！

<<打造自信>>

#### 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>