

<<如何把事情做到最好>>

图书基本信息

<<如何把事情做到最好>>

内容概要

<<如何把事情做到最好>>

作者简介

<<如何把事情做到最好>>

书籍目录

前 言

第一部分 怎样才能把事情做到最好

第一章 化难为易的精益求精之道

坚持将事情做到极致

每个人都能成为别人眼中难以企及的天才

所有的天赋都需要后天勤加努力

成功没有捷径，你要将学习变成一种习惯

第二章 认清自己：你属于哪种类型的人

浅尝辄止者

强求突破者

安于现状者

第三章 一分耕耘才能一分收获

“从巅峰到巅峰”的误导

美丽的歧途

任重道远

第四章 热爱平台期

习惯并享受平台期

练习的乐趣

在平台期保持进步

来自世界顶级大师的启示

第二部分 把事情做到最好的五大要素

第五章 要素1：有效的指导

找到一位好导师

导师的影响力

刻苦远比天分重要

“好马与坏马”理论

不可取代的导师

果断地和导师说再见

第六章 要素2：持续练习

练习不是简单的重复

练习成就大师

第七章 要素3：保持初学者的心态

重复的力量

剑道大师的故事

舍得放弃，懂得改变

人人都是初学者

第八章 要素4：胸有成竹

大胆想像自己希望的结果

加强你的创造性思维能力

为美好的愿景而奋斗

第九章 要素5：超越极限

经验来自于千百次的实战

学习是一场无止境的旅程

愚者精神

第三部分 把事情做到最好的高效方法

<<如何把事情做到最好>>

第十章 如何应对改变的艰难

当你感到退步时，请挺住

对旧有习惯时刻保持警惕

与自己对话

争取亲友的支持

养成规律练习的好习惯

终生学习

第十一章 激发潜能

每个人都蕴含着自己想不到的巨大潜力

不要压抑自己的潜能

保持身体健康

释放积极的力量

敢说真话

掌控负面情绪

分清轻重缓急

设定最后期限

拥有坚定的毅力

第十二章 如何避免掉入陷阱

巧妙解决生活中的冲突

提高你的专注力

对自己负责

坦然面对胜败

切记：过犹不及

不要偷懒

好好保护自己

别沉迷于胜利

拒绝虚荣

拥有适度的幽默感

坚持不懈

不要苛求完美

第十三章 平凡中的伟大

别小瞧“碎片时间”

开车的艺术

生活中的大智慧

如何与伴侣相处

第十四章 勇敢出征

从意外中汲取力量

放松的魔力

为了更好的自己，请勇敢前行

结 语 智者和愚者

致 谢

<<如何把事情做到最好>>

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>