

《励志文库：自己的事自己做》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年05月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787535851567

内容简介

这是一本写给那些正在成长中的小大人的书。

人生中最重要的事情就是能够自己的事自己做。简单地说就是要学会自理。所谓自理，就是能够自己承担责任、自己料理生活。外国有一个著名的教育学家把它归纳成一个公式，即“自主 = 负责任 = 承担后果 = 成功”。

通过这本书，我希望同学们懂得：只有会自理的人，才能真正自立，才能真正独立地生活，从而成长为一个对家庭、对社会都有用的人！

这本书会告诉你们自理能力的重要性，同时也会和同学们讨论我们平时遇到的生活和学习上的困难，并告诉大家一些小窍门，相信这些会对你很有帮助的。当你成为一个具有学习与生活自理能力的人时，你就是你的同学和朋友中全能无敌的小超人！

目录

第章 自理才能生存

- 第一节 你是一个能自理的人吗
- 第二节 自理是人生的必修课
- 第三节 自己的事自己做
- 第四节 自理为你插上高飞的翅膀

第章 心理自理让心灵更阳光

- 第一节 做一个阳光的人
- 第二节 克服依赖心理
- 第三节 与嫉妒说“拜拜”
- 第四节 我做事我负责
- 第五节 小心眼要不得
- 第六节 对自己说“不”

第章 学习自理让学习更轻松

- 第一节 相信自己能学好
- 第二节 学会管理你的时间
- 第三节 学习要有计划
- 第四节 让自己的知识更渊博

第章 生活自理让生活更美好

- 第一节 让自己变成厨房高手
- 一、做饭的基本方法

- 二、调料的类别及使用顺序
- 三、微波炉的使用方法
- 四、如何挑选肉类
- 五、食品的保质期提示
- 六、炒菜的基本方法和技巧
- 七、餐具的洗涤方法
- 八、垃圾的处理方法及原则

第二节 穿衣打扮自己做主

- 一、如何选择洗衣剂
- 二、手洗的基本方法和技巧
- 二、洗衣机的使用方法
- 三、运动鞋的洗涤方法
- 四、洗涤的小窍门
- 五、送洗衣物的注意事项
- 六、污渍的巧处理
- 七、整理衣物的个技巧
- 八、穿着打扮的方法

第三节 让自己的生活环境更美好

- 一、扫除入门纲领
- 二、收拾入门—整理的诀窍

第四节 让自己变成一个理财高手

- 一、要知道金钱来之不易
- 二、树立正确的金钱观
- 三、积少才能成多

第五节 掌握安全小常识

- 一、家里没有人，你会怎么办
- 二、放学路上遇到下面的情况，怎么办
- 三、发生火灾时，怎么办
- 四、怎样安全出行
- 五、游泳时抽筋怎么办
- 六、眼睛里进入异物怎么办
- 七、流鼻血时怎么办
- 八、如果中暑了，你会怎么办
- 九、应急小处理
- 十、学会使用、、的方法

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)