第一图书网, tushu007.com

<<每天给孩子一个好习惯>>

图书基本信息

书名：<<每天给孩子一个好习惯>>

13位ISBN编号：9787564018405

10位ISBN编号：7564018402

出版时间：2008-11

出版时间：金鸣 北京理工大学出版社 (2008-11出版)

作者：金鸣

页数：310

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

前言

习惯的力量是巨大的，它无时无刻不在影响着我们的思维方式和行为模式。
我们每天大部分的行为是出自习惯的支配。
相传，亚历山大城的图书馆被烧时，只有一本书幸免于难；被一个穷人，花了几个铜板买了这本书。
这本书不怎么精致，然而书中却蕴藏着最令人感兴趣的东西：是薄薄的一册羊皮卷，写着“点金石”的秘密。
“点金石”不过是一块小石头，却能把普通的金属变成黄金。
书中记载着石头在黑海岸边，和其他成千上万块一模一样的石头混在一起。
可是，这里有一个秘密：唯独这块石头是温暖的，而其他普通的石头都是冷冰冰的。
于是这个穷人卖掉了仅有的几件东西，买了简单的行装，到达了目的地。
他睡在海岸上，准备醒来就一块一块的开始试，这就是他的计划。
醒来后，他拾一块石头，感觉一下，不热，然后扔到了海里。
接下来，一个星期，一个月，一年……三年过去了，他还没有找到“点金石”。
可是，他还是按部就班继续着自己的方法，拾一块石头就扔到海里，再接着拾，就这样持续了很久。
一天早上，他拾起了一块石头，是“热的”，可是他还是一下把石头给扔进了海里！
因为他已经形成了把石头扔进海里的“习惯”，他已经非常习惯了“扔”的动作，当“点金石”出现时，习惯的力量驱使他扔掉了宝贝。
这个故事启示我们，经常做一件事，日久天长就会成为习惯，而习惯的力量的确是太大了。
每个活在这个世界士的人，都有属于自己的梦想，每个人不同的人生阶段又有不同于其他阶段的梦想，而为什么有些梦想方向是正确的，计划是可行的，却最终没有实现呢？
造成这种结局的症结，就在于没有养成为实现梦想而付诸行动的良好习惯。
不管是凡人也好，伟人也罢，其梦想能否实现，命运怎样发展，在一定程度上与他个人的习惯有关。
拿破仑·希尔说：“习惯能成就一个人，也能摧毁一个人。
”古往今来，多少人因为自己的坏习惯含恨终生，又有多少人因为自己的坏习惯找不到人生的幸福，更有甚者，因为自己的坏习惯葬送了最弥足珍贵的生命。
三国时期的周瑜，纵使英雄气概，终究逃不过气量狭小恶习的惩罚，三气不过，一命归西。
在我们的身上，好习惯与坏习惯并存。
那么，唯一能够有效改变我们生活的手段便是有效地、最大限度地改变我们的不良习惯。
当你看到美元票面上的华盛顿的肖像时，看着他白色卷发映衬下那平静、自信、显示着自控能力的面庞时，你能想象出他年轻时曾有一头红发，脾气火暴吗？
要是他没有学会靠自控力改变自己的坏习惯，那恐怕就无法率领没有受过训练的民兵战胜乔治王，恐怕他也不会成为美国第一任总统。
本杰明·富兰克林大概算得上美国历史上最有影响力的伟人，他博学多才，他是爱国者、科学家、作家、外文家、发明家、画家、哲学家。
他自修法文、西班牙文、意大利文、拉丁文，并引导美国走上独立之路。
但是，就连富兰克林也有不好的习惯，正如他自己清楚的那样。
与众不同的是，他下决心想方设法改变它们。
他不愧是一个发明家，他为自己制定了一个戒除恶习的妙方。
他的秘方中，有一点借鉴了毕达哥拉斯的忠告，每个人应该每日反省。
你是否也有一些坏习惯呢？
它们是什么？
懒惰、缺乏毅力、马虎、好得罪人、经常伤害自己……还是经常拿不定主意呢？
如果你养成每日反省自己的习惯，就能够逐渐摆脱这些坏习惯，走向更加辉煌的人生。
《每天给孩子一个好习惯》以可读性很强的小故事来说明问题，指导你怎样培养好习惯，摒弃坏习惯，使读者对习惯的认识能从自发上升到自觉，获得一条重塑自己，改变人生命运的途径。

<<每天给孩子一个好习惯>>

内容概要

良好的习惯能够赋予我们健康的体魄和积极进取的心态，以使我们在遭遇困境时，迅速作出判断，战胜一切，主宰命运，走向成功。

习惯的力量是巨大的，足以影响我们的一生。

那些看似不起眼的小习惯和习以为常的老习惯，有时是决定一个人命运的关键。

一个人在生活中的所作所为，就是对一个人种种习惯的反映，因此，有什么样的习惯，就决定了什么样的人生。

习惯的力量是巨大的，它无时无刻不在影响着我们的思维方式和行为模式。

我们每天大部分的行为是出自习惯的支配。

你是否也有一些坏习惯呢？

它们是什么？

懒惰、缺乏毅力、马虎、好得罪人、经常伤害自己……还是经常拿不定主意呢？

如果你养成每日反省自己的习惯，就能够逐渐摆脱这些坏习惯，走向更加辉煌的人生。

《每天给孩子一个好习惯》以可读性很强的小故事来说明问题，指导你怎样培养好习惯，摒弃坏习惯，使读者对习惯的认识能从自发上升到自觉，获得一条重塑自己，改变人生命运的途径。

书籍目录

第一章 诚实守信真理的殿堂里没有虚假诚实的人充满了前途003一场特殊的考试004“ 白卷 ”中蕴藏着职业道德006诚实节的来历006合格的收银员008用诚实得来的汽车008红衣橱上的白色蜡笔道道009信誉成就亿万富翁010少校发布第二号命令011诚实造就的国家栋梁013英雄和独木桥014忠诚的导盲犬015煮熟的花种017敢跳舞的诚实人018破碎的窗户020一个贫穷的小提琴手021不要给我王冠022乌鸦喉咙里的金项链024说话不算数的商人025小事失信铸大错026信誉就是资本027朋友交往要重信义028“ 傻大姐 ”卖菜029真理的殿堂里没有虚假030光荣地死031第二章 创新思维突破传统的习惯创新是一个美丽的奇迹035创造性思维让生活更美037张开联想的翅膀038破旧迎新开创新事业040培养新习惯突破传统思维041贝多芬与《第九交响曲》043人造蜘蛛网截水044让海鸟吐出珍珠045在人造地球卫星上做广告045联想造就成功046怎样在瞬间把鸟儿捉住048借贷一美元048五十颗星的创意050聪明的地毯商052一个耸人听闻的谣传053键盘上字母排列顺序的由来054奇特的广告055有关一次艺术创新的故事056会讲笑话的垃圾桶057一个异想天开的懒人058一块银元售出的雕像059第三章 积极学习学以致用的习惯保持强烈的学习愿望063小时候厌烦学习的总统064“ 偷着学会的 ”著名化学家065每个人都有自己的学习方法066沃斯：我会飞翔067国王丢失了珍贵的礼物069两只老鼠的故事070“ 水位专家 ”老水牛071最好的老师072勤奋忘我的牛顿073居里夫人小时候的故事074绝妙的演奏074被逼出来的爵士歌王075一个白痴的画家076难度超高的乐谱077关键时刻作出决策的重要性078铁轨上的螺丝钉079奇妙的蚂蚁世界080一生就是一部美丽动人的童话081勤奋好学的雕塑大师082学到世界上最新的知识083借鉴他人的成功经验084一个天资不高但颇有建树的学者086发现一些书本上见不到的东西087在艰难困苦之中读书的高尔基088喜欢钻图书馆的人089第四章 珍惜时间提高效率的习惯珍惜时间就是珍惜生命093管理好你的时间094画家齐白石095你的烟囱砌好了吗096骆驼和老鼠097聪明的杰福斯098整理你的房间099珍惜每一分钟100要紧的不是跑得快101胸怀飞天志的老鼠102明智的狮子103离花园越来越远的螃蟹103明明的难题104减少生命的消耗105生命随时向你敲响警钟106中考前的插曲108伏案苦读109假如只有三天光明110一分钟111偷袭珍珠港112小松鼠种花生112读书时间表113王亚南睡三脚床114手不释卷115雷锋和他的“ 钉子精神 ”115学会与生命赛跑116珍惜时间要分秒必争11710天内赚到1000美元119成为美国出色的国务卿120第五章 自尊自律尊重生命的习惯西瓜兄弟123老乌龟和小鸟124不知足的石匠125世界上最难说的字127维尼哥先生的命运128埃米没有赚到钱131粗鲁的男孩132不浪费就不会缺乏134我没有捕到鱼135从修理工到司法部长137一生的计划138木匠里兹139三个金人140为了哥们儿义气141不该发生的悲剧143遵守规则143周仓拳头打蚂蚁144一对不听人劝说的夫妇145特殊的“ 战斗 ”146小猫盖的新房子147斗力不如斗智148会打鸣儿的大老虎149农民和过路人151乐手152第六章 珍惜健康体验人生百味山鸡起舞155“ 游回 ”的罗斯福156霍金与健康157钉子159毛泽东被“ 逼 ”锻炼160健康与完美161健康与金钱的故事162一个美国人的自述163“ 聋子 ”的故事165盲人牌的秘密166如果感到健康你就跺跺脚168母爱与肝脏透析170藐视癌症战胜伤痕171伊丽莎白·泰勒的新角色172输血174等到近时好好说175列宁滑冰场176奇特的运动177漫步黄山178走出来的健康179游泳使他化险为夷180运动健将181奥运会吉祥物的由来182锻炼183哈鲁鲁的体操女婿185眼保健操流浪记186可以祛除烦恼的体育运动187足球让艺术之树常青188特殊的选举189爱动脑筋的马拉松冠军191改变人生的“ 拐杖足球 ”192病腿踢天下193为了重新行走194懒熊兄弟195蚂蚁大力士196马拉松的由来197第七章 实践行动决不拖延的习惯马上行动成为千万富翁201池塘上漂有几个橙子202“ 才高八斗 ”的狐狸203每一寸土地都可以种玉米了204做好迎接机会的准备205另辟蹊径寻找机会207真正的钻石就在自己身边208不要为一块面包祈祷210老鼠开会211百灵鸟与农夫212狐狸和黄鼠狼213锟铻剑与火浣布215博士会游泳216绝技217乌鸦种无花果219如意与美梦220啄木鸟的评论221隆美尔教子222天才离不开动手能力224容积巧算225敢去做其实就很简单226爱书成癖的王寿227赶鸡的学问228上帝与灵魂229想做就立刻去做230伸手不如动手231三步实现自己的目标232开始总比不做好234用行动消除忧虑235发愤努力的后进生236先选择后行动238自制力是行动者必备的美德239为目标倾其所有241从自己力所能及的事做起242“ 愿意去做 ”比能力更重要244该做的事绝不拖到将来245粉碎每一个障碍的作家246第八章 挑战失败人生最大的挑战是自己手臂被机器切断之后251一个森林遇险的游人252战胜鳄鱼的16岁男孩253要变成钢筋铁骨255必须坚强地活下去256生命中充满种种坎坷258与一般人无异的癫痫病患者259独自飞上蓝天的残疾人260一个被医生预言不能走路的

人262失去一条腿的将军264对致命打击的抗争265只有疾病和贫困的开普勒266顽强地再一次成为超级歌星267一个攀岩的女孩268朝鲜的奥斯特洛夫斯基269搏击冠军的秘密271从失误中寻找机会272困境里同样蕴含着生机273厄运面前不低头274将痛苦转换成为动力275要知道你所面临的挑战276通往广场的路不止一条277不能承受磨打的上乘石头278人生总是充满着变数278激励一生的四个字279多困难我都不在乎280人生指南针281第九章 善于总结每天进步一点点比尔·盖茨不以哈佛为荣285太累的时候需要歇歇286第七个蜘蛛网288被勒令退学以后288两次倒数第一之后290曾经很笨的大科学家291没手也能成画家292第三只小板凳293练习微笑293欧阳修认真改文章295一鼓作气295会下棋的猴子296穷书生观画297寻找神仙的王羲之298沙漠王子300铁棒磨成针301王冕画荷302一个小公务员的烦恼303小乌龟搬家303小纸条304肯用脑子的报童305毕业作业306珍贵的书账307别把钻石丢得太高308记笔记有诀窍309每天进步一点点310

章节摘录

诚实的人充满了前途陈强大学毕业前，去人才市场找工作。
一家服装公司的市场推广部要招4名市场调研员。
基本要求是：口才好，文笔好，能吃苦耐劳，还要有2年以上工作经验。
陈强口才一向不错；文笔也没有问题，大学4年，他做了3年校报主编，文章发表了100多篇；吃苦耐劳，这是农家孩子的本色；但就是缺少工作经验。
但他很喜欢这个工作，不想就这么放弃了，于是就填好一张表格交了上去。
随后的笔试、面试都顺利过关。
最后一关是实践测试，公司发给经层层筛选而剩下的20个人每人10份调查表，给一周的时间去搞调查，在一周之内，谁完成的调查表又多又好，谁就会被录用。
但调查起来才发现，这实在不是一件容易的事。
因为调查表的内容设计得非常详细，细到让人不耐烦的地步，一些数据还涉及到几年前的销售情况。
结果被调查的人一翻那份厚达七八页的调查表，就直皱眉头，大都以“实在太忙”予以婉拒。
陈强辛辛苦苦地跑了4天，也只做好了两份调查表。
剩下几天，他跑得更加卖力了。
有一家服装商厦，他连跑了3趟，留在那里的调查表还是空白一片。
那位经理深受感动，就好心地对他说：“我现在实在是没时间。
这样吧，我给你的调查表盖上章，数据你回去自己填，反正也没人知道，怎么样？
”他一想，这倒是个好办法：大部分的单位，求其盖个章也不是很容易的。
至于数据，照着填好的调查表，改动一下就是了。
但又一想：不行！
这样一来，调查表也就失去了任何参考价值。
考虑再三，他最终还是谢绝了那位经理的好意。
期限到了，陈强拿着3份调查表去交差，而其他人则都拿了厚厚一叠调查表。
看来，这份工作是没希望了，想着自己前面的努力都将前功尽弃，陈强真有点后悔当初没听那位经理的话。
但出人意料的是，三天后，那家公司打电话来通知陈强，他被正式录用了。
一位中年人事部经理在办公室接待了前来报到的陈强。
他拍着陈强的肩膀说：“所有人之中，只有你一个人没有工作经验。
但我还是给了你一次机会。
你们交回调查表后，公司马上就派人去核实……你们的工作会直接影响公司的营销策略，容不得半点虚假。
”最后，他意味深长地对陈强说：你要记住，无论干什么，一个不诚实的人是永远没有前途的。
”青春絮语“无论干什么，一个不诚实的人是永远没有前途的。
”妄想用谎言来掩盖真实的人，往往揭露的是自己的无知，欺骗的是自己；一个真正在追求自己进步的人，必须先懂得坦然面对自己的缺点和不足，并最终用自己的坦白赢得自己的机会和成功！
一场特殊的考试雅利安公司是美国环球广告代理公司。
因为业务需要，雅利安公司正准备招聘4名高级职员，担任业务部、发展部主任助理，待遇自不必言。
竞争是激烈的，凭着良好的资历和优秀的考试成绩，安东尼荣幸地成为10名复试者中的一员。
雅利安公司的人事部主任戴维先生告诉安东尼复试主要是由贝克先生主持。
贝克先生是全球闻名的大企业家，从一个报童到美国最大的广告代理公司董事长、总经理，他的经历充满了传奇色彩。
并且，他年纪并不很大，据说只有40岁上下。
听到这个消息，安东尼非常紧张。
一连几天，他从口头表达能力、广告业务及穿戴方面都做了精心准备，以便顺利“推销自己”。

复试是单独面试。
安东尼一走进小会客厅，坐在正中沙发上的一个考官便站起来，安东尼认出来：正是贝克先生。
“是你？
！
你是……”贝克先生激动地说出了安东尼的名字，并且快步走到安东尼面前，紧紧握住了他的双手。
“原来是你！
我找你找了很长时间了。
”贝克先生一脸的惊喜，激动地转过身对在座的另外几位考官嚷道：“先生们，向你们介绍一下：这位就是救我女儿的那位年轻人。
”安东尼的心狂跳起来，还没容得他说话，贝克先生把他拉到他旁边的沙发上坐下，说道：“我划船技术太差了，把女儿掉进了密西西比河中，要不是遇到你就麻烦了。
真抱歉，当时我只顾看女儿了，也没来得及向你道谢。
”安东尼竭力抑制住心跳，抿抿发干的双唇，说道：“很抱歉，贝克先生。
我以前从未见过您，更没救过您女儿。
”贝克先生又一把拉住安东尼：“你忘记了？
4月2日，密西西比河……肯定是你！
我记得你脸上有块痣。
年轻人，你骗不了我的。
”贝克先生一脸的得意。
安东尼站起来：“贝克先生，我想您肯定弄错了。
我没有救过您女儿。
”安东尼说得很坚决，贝克先生一时愣住了。
忽然，他又笑了：“年轻人，我很欣赏你的诚实。
我决定：你免试了。
”几天后，安东尼幸运地成了雅利安公司的职员。
有一次，安东尼和戴维先生闲聊，他问戴维：“救贝克先生女儿的那位年轻人找到了吗？
”“贝克先生的女儿？
”戴维先生一时没反应过来，接着他大笑起来：“他女儿？
有七个人因为他女儿被淘汰了。
其实，贝克先生根本没有女儿。
”青春絮语大家都赞赏诚实的人，也都希望自己是个诚实的人，可是当这种诚实和自己的眼前利益发生冲突时，你会做出什么样的选择呢？
这正是考验我们的时候。
对别人诚实，同时也对自己诚实，你会发现这其实才是你最大的利益和财富！

编辑推荐

《每天给孩子一个好习惯》可供广大的家长们阅读。

第一图书网, tushu007.com

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