

<<一生要培养的100种习惯与性格>>

图书基本信息

书名：<<一生要培养的100种习惯与性格>>

13位ISBN编号：9787800099700

10位ISBN编号：7800099709

出版时间：2006-4

出版时间：时事出版社

作者：张俊杰

页数：315

字数：260000

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>

## <<一生要培养的100种习惯与性格>>

### 内容概要

《一生要培养的100种习惯与性格》究竟是什么左右着个人一生的成功、幸福、快乐?我们完全可以用勤奋、执着、豁达来解释,但是如果归结为一点,那就是“性格决定命运”。翻开古今中外浩瀚的历史长卷,那些可歌可泣、名垂史册的风云人物,无不展现给我们性格鲜明的深刻印象。

性格是个性心理特征中的核心部分,与我们的气质、智力、情感、意志有密切关系。

“江山易改,秉性难移”,人们常常认为一个人的性格是天生注定、无法改变的:然而事实并非如此,性格固然与先天气质有关,更离不开后天培养与环境塑造。

人生世事无常,悲欢离合、喜怒哀乐,都等待着我们去经历和体验。

《一生要培养的100种习惯》:孔子说:“性相近也,习相远也”。

习惯最能反映出一个人的个性和特点。

习惯并非与生俱来,而是后天养成的。

在日常生活中,每个人在学习、工作、爱情、朋友、社交等方面都会养成自己独特的习惯。

习惯存在于我们日常工作、学习和生活的各个方面,有自己的表现形式和表现内容。

好习惯的养成需要日积月累,进而能对我们的生活产生潜移默化的帮助作用;而坏习惯一旦得不到控制,就可能毁灭整个人生。

所以,养成能让自己成功的好习惯,就要从日常生活的点滴做起,一心一意地专注于自己追求的目标;经过不懈努力,等到时机成熟时,这些好习惯将会给我们带来健康、成功、荣誉和财富。

## &lt;&lt;一生要培养的100种习惯与性格&gt;&gt;

## 书籍目录

一生要培养的100种性格 学习篇 一、培养讲求效率的性格 二、培养做事精通的性格 三、培养严于律己的性格 四、培养对夸耀保持戒心的性格 五、培养世事洞明的性格 六、培养刻苦钻研的性格 七、培养学以致用用的性格 八、培养从实践中学习的性格 九、培养创新的性格 十、培养从成败中学习的性格 十一、培养从沟通中学习的性格 朋友篇 一、培养热情待友的性格 二、培养为人耿直的性格 三、培养和蔼可亲的性格 四、培养心胸坦荡的性格 五、培养有气节的性格 六、培养坚持正义的性格 七、培养善待他人的性格 八、培养待人稳重的性格 九、培养内敛不夸张的性格 十、培养善于忘却的性格 十一、培养吃亏是福的性格 十二、培养不信谗言的性格 爱情篇 一、培养无私奉献的性格 二、培养情感敏锐的性格 三、培养懂得矜持的性格 四、培养勇敢表白的性格 五、培养克制占有欲的性格 六、培养远离沮丧的性格 七、培养懂得自重的性格 八、培养追求快乐的性格 九、培养克服羞怯的性格 十、培养为对方负责的性格 十一、培养彼此忠诚的性格 十二、培养适时放手的性格 家庭篇 一、培养孝顺的性格 二、培养追求家庭和谐的性格 三、培养替家人着想的性格 四、培养宽容的性格 五、培养富有爱心的性格 六、培养具有家庭责任感的性格 七、培养保持好心情的性格 八、培养不怨天尤人的性格 九、培养民主决策的性格 十、培养居安思危的性格 社交篇 一、培养为人豪爽的性格 二、培养开朗豁达的性格 三、培养尊重对方的性格 四、培养消除自卑的性格 五、培养以德报怨的性格 六、培养打开心扉的性格 七、培养善于表达的性格 八、培养宽以待人的性格 九、培养敢作敢当的性格 十、培养增加亲和力的性格 十一、培养隐藏个人好恶的性格 十二、培养从大局出发的性格 工作篇 一、培养冷静理智的性格 二、培养谦虚谨慎的性格 三、培养有羞耻心的性格 四、培养不妒贤嫉能的性格 五、培养真诚恳切的性格 六、培养超越自我的性格 七、培养不坐享其成的性格 八、培养做事无大小的性格 九、培养灵活应变的性格 十、培养因事制宜的性格 十一、培养大胆尝试的性格 十二、培养与人合作的性格 成功篇 一、培养积极乐观的性格 二、培养忍耐的性格 三、培养开放的性格 四、培养坚韧的性格 五、培养勇往直前的性格 六、培养必胜的性格 七、培养胸怀大志的性格 八、培养主宰自己命运的性格 九、培养辩证看得失的性格 十、培养持之以恒的性格 十一、培养未雨绸缪的性格 事业篇 一、培养三思而后行的性格 二、培养自强坚毅的性格 三、培养做事果断的性格 四、培养勇敢面对现实的性格 五、培养坚持信仰的性格 六、培养不偏不倚的性格 七、培养冷静处事的性格 八、培养对未来充满希望的性格 九、培养善待自己过失的性格 生活篇 一、培养一切向前看的性格 二、培养善待自己的性格 三、培养享受寂寞的性格 四、培养难得糊涂的性格 五、培养勤俭的性格 六、培养感恩的性格 七、培养保持平常心的性格 八、培养有所为有所不为的性格 九、培养对命运说“不”的性格 十、培养让生活保鲜的性格 十一、培养知足常乐的性格 一生要培养的100种习惯 学习篇 一、养成树立明确学习目标的习惯 二、养成学习中“举一反三”的习惯 三、养成与老师和同学加强沟通的习惯 四、养成始终“循序渐进”的习惯 五、养成“拥有好的开始”的习惯 六、养成立即行动不拖延的习惯 七、养成把学习目标具体化的习惯 八、养成终身学习的习惯 九、养成不盲目出国留学的习惯 十、养成读书的好习惯 十一、养成像天才一样思维的习惯 朋友篇 一、养成危难时刻帮助朋友的习惯 二、养成换位思考的习惯 三、养成与积极乐观的人交朋友的习惯 四、养成对朋友不求全责备的习惯 五、养成与读懂自己的人建立友谊的习惯 六、养成积极主动地交朋友的习惯 七、养成把好消息传递给朋友的习惯 八、养成在朋友面前行言一致的习惯 九、养成善于赞美朋友的习惯 十、养成不窥视朋友隐私的习惯 爱情篇 一、养成鼓励和赞美对方的习惯 二、养成学会包容的习惯 三、养成每天至少联系一次的习惯 四、养成大胆制造浪漫的习惯 五、养成时刻检查爱情进度的习惯 六、养成用幽默表达爱意的习惯 七、养成善于表现自己的习惯 八、养成彼此尊重的习惯 九、养成注重外表形象的习惯 十、养成善用个人魅力的习惯 十一、养成勇敢行动的习惯 十二、养成享受精致生活的习惯 家庭篇 一、养成增强家庭归属感的习惯 二、养成勤向父母问候的习惯 三、养成学会招待客人的习惯 四、养成掌握高超厨艺的习惯 五、养成拒绝家庭暴力的习惯 六、养成做家务的习惯 七、养成科学理财的习惯 八、养成与家人建立良好沟通的习惯 九、养成不影响家人休息的习惯 十、养成远离意外伤害的习惯 社交篇 一、养成以真诚赢得真心的习惯 二、养成避免重复讲话的习惯 三、养成掌握委婉谈话技巧的习惯 四、养成拓展

## <<一生要培养的100种习惯与性格>>

人际关系通道的习惯 五、养成时刻锻炼口才的习惯 六、养成成功说服他人的习惯 七、养成避免无谓争执的习惯 八、养成记住他人名字的习惯 九、养成赠送礼品的习惯 十、养成遵守交往礼仪的习惯 工作篇 一、养成认真工作的习惯 二、养成把握行业发展趋势的习惯 三、养成科学有效利用时间的习惯 四、养成“今日事今日毕”的习惯 五、养成正确看待竞争对手的习惯 六、养成写工作日记的习惯 七、养成从公司中学习制胜之道的习惯 八、养成工作作风稳健的习惯 九、养成积极进取、永无止境的习惯 十、养成珍惜“人力资源”的习惯 十一、养成做事不强求的习惯 十二、养成用行动把握良机的习惯 十三、养成摆脱强迫性空想的习惯 成功篇 一、养成树立明确目标的习惯 二、养成开发人脉资源的习惯 三、养成坚持自省的习惯 四、养成勇于冒险的习惯 五、养成务实求是的习惯 六、养成独立思考的习惯 七、养成懂得变通的习惯 八、养成面对失败不退缩的习惯 九、养成树立正确财富意识的习惯 十、养成充分发挥个人优势的习惯 十一、养成打造个人黄金形象的习惯 十二、养成练就出色口才的习惯 健康篇 一、养成科学饮食的习惯 二、养成学会休息的习惯 三、养成参加体育运动的习惯 四、养成定期体检的习惯 五、养成重视心理健康的习惯 六、养成控制烟酒的习惯 七、养成远离肥胖的习惯 八、养成清洁卫生的习惯 九、养成正确服用药物的习惯 十、养成自我释放压力的习惯 十一、养成塑造健康生活方式的习惯 生活篇 一、养成良好的消费习惯 二、养成遵守交通规则的习惯 三、养成科学用电的习惯 四、养成节约用水的习惯 五、养成保护环境的习惯 六、养成爱护动物的习惯 七、养成文明观看比赛的习惯 八、养成用过东西放回原处的习惯 九、养成为“老弱病残孕”让座的习惯 十、养成安全使用提款机的习惯 十一、养成公共场合正确用手机的习惯

<<一生要培养的100种习惯与性格>>

编辑推荐

《一生要培养的100种习惯 100种性格》由时事出版社出版。

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>