

## <<影响你一生的习惯>>

### 图书基本信息

书名：<<影响你一生的习惯>>

13位ISBN编号：9787504450302

10位ISBN编号：7504450308

出版时间：2004-4

出版时间：中国商业出版社

作者：漆浩

页数：343

字数：250000

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>

## <<影响你一生的习惯>>

### 内容概要

在日常生活中，习惯无处不在，每个人都有各种各样的习惯。

在这些习惯中，既有好习惯也有坏习惯，既有老习惯也有新习惯。

好习惯可以使你功成名就，坏习惯能够让你身败名裂；老习惯也许使你执迷不悟，新习惯可能让你茅塞顿开。

所以，对于好习惯我们要保留，对于坏习惯要摒弃；对于老习惯要警惕，对于新习惯要培养……拿破仑曾经说过，成功和失败都源于你所养成的习惯。

有些人做每一件事都能选定目标，全力以赴；有些人则习惯随波逐流，凡事碰运气，不论你是哪一种人，一旦养成习惯，都难以改变。

因为，习惯是思维的定势，它左右着你按照它的模式去运作。

如果你养成了不好的习惯，时间一长变成了老习惯，就会影响你的一生。

本书从影响你一生的习惯入手，探讨养成良好的习惯和戒除不良习惯对人生的积极意义。

全面深刻地分析了老习惯、新习惯、好习惯、坏习惯、小习惯以及无处不在的各种习惯。

通过日常生活中各种各样的习惯，生动有趣地描述了形成各种习惯的性格。

郑重地劝谕读者，要区别习惯的好坏，别让习惯牵着走。

要警惕潜意识的误导。

不当消极被动的奴隶。

要养成积极主动的习惯。

别囿于习惯的藩篱，被习惯所左右。

从而，借他山之石以攻玉，取别人之长，补己之短。

本书事例取材比较典型、立意较高远、内容较深刻。

不但对习惯的表现形式进行了科学的分类，还将习惯与生活中的案例紧紧地结合了起来。

使习惯看得见摸得着，具有很强的指导性与借鉴性。

不论你处于茫茫人海之中的哪一阶层，只要一读，便能对各种各样的习惯，一目了然，豁然贯通，从而使你的人生和事业步入辉煌。

## <<影响你一生的习惯>>

### 书籍目录

第一章 无处不在的习惯 习惯动作有习性 随手涂写的癖好 与人说话的惯例 握手透露的信息 坐姿能体现习惯 手势是无声的语言 穿着打扮有个性 饰物佩戴的习俗 如何穿鞋有习惯 选择T恤有偏好 抽烟形成的习气 吃饭形成的规律 透过签名看习性 整理杂务有习惯 改不掉的喜好 付款方式看性格 开车形成的习惯 习惯能导致情绪变化 笑声异彩纷呈 习惯无处不在第二章 别让习惯牵着鼻子走 勿让习惯牵着走 警惕潜意识的误导 敢于向权威挑战 专家的话未必都正确 不要崇拜任何人 莫让习惯变成见 让主见压倒偏见 跟风的习惯不可取 不向无能为力低头 不要固守陈旧的习惯 女人的智力不比男人低 成才不一定都得上大学 坏孩子也有好前途 别把希望寄他人 结论未必是事实第三章 警惕你的老习惯 莫让习惯老化 别粗心大意 万事通不如一事精 处世不可太较真 遇事不要找借口 依赖会使你变懒 不当惰性的奴隶 停止无谓的抱怨 克制吹毛求疵 别让眼高手低害了你第四章 培养你的新习惯 新习惯要有新思维 破除旧习迎新俗 永远走在别人的前面 遇事多转几个弯 不要囿于习惯的樊篱 站得高才能看得远 用智慧创造奇迹 利用名气造声势 寻找习惯的空隙 借他山之石以攻玉 取人之短以补长 找出问题的转折点 眼睛不要盯在脚面上 冷静思考善变通 直击对方的弱点 习惯没有固定的模式第五章 保留你的好习惯第六章 去掉你的坏习惯第七章 注意你的小习惯第八章 勿让习惯成娇惯第九章 当习惯不再习惯

<<影响你一生的习惯>>

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>