

图书基本信息

书名：<<优秀男孩的5种思想7种习惯9种能力>>

13位ISBN编号：9787505426481

10位ISBN编号：7505426486

出版时间：2011-5

出版时间：朝华

作者：云晓

页数：249

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

男儿当自强 作为一名真正的男子汉，你是否认真思考过这样两个问题： 我的未来将如何？

我将如何去赢得美好的未来？

青少年时代，是多彩的季节，充满了欢声笑语，但与此同时，它也是一个思考的时代——思考自己的现在，思考自己的未来，然后订立目标，努力去达成！

“生命之舟要远航，离不开智慧之橹。

可以说，凡是这世界上的伟人、名人，都曾有过年少励志的经历。

让我们先来看看世界上最伟大的科学家——诺贝尔的青少年时代，是怎样的情况：

诺贝尔小时候虽然体弱多病，但却永远是班级里学习最勤奋的那个、成绩最优秀的那个。

诺贝尔在学习外语时尤其勤奋、认真、刻苦。

譬如他在学习法语的时候，为了增强记忆，提高学习效率，他先将德国名著译成瑞典文，再转译为法文，然后再认真核对两次翻译的手稿，反复比较、查对，一旦发现错误就加以改正，直到完全熟练掌握万止。

运用这种学习方法，他通晓了俄、法、德、英等多种外文。

在他还很小的时候，他父亲的一位朋友问他：“诺贝尔，你的理想是什么？”

诺贝尔平静地说：“我想当个科学家，用我的发明成果为人类造福。”

15岁，诺贝尔开始在父亲开办的工厂里当助手，料理一些事务。

17岁的诺贝尔，首次独自开始了冒险旅行。

他首先去的是德国，接着去了丹麦，然后又绕道去了意大利。

后来，他又到了法国巴黎、美国纽约。

关于诺贝尔的勤奋、善于思索，当时还流传着一则这样的佳话： 有次吃饭的时候，诺贝尔还在集中精力思考一个问题，竟然错把饭桌上的小餐刀当做汤匙舀汤喝。

再让我们一同来看看，20世纪最伟大的物理学家、科学家，世人公认的最伟大的天才之

——阿尔伯特·爱因斯坦的青少年时代又是怎样的： 5岁的时候，父亲给生病的爱因斯坦带回来一个指南针。

看着按照一定规律行动的磁针，小爱因斯坦忘掉了身上的病痛，只剩下一脸的惊讶和困惑：这根针的四周什么也没有，是什么力量推着它指向北边呢？

也正是从这时开始，一株科学的幼苗开始在爱因斯坦的内心深处生根、发芽。

16岁时，爱因斯坦就开始规划自己的未来，写下了一篇《我的未来计划》，描述自己的志向：考入著名的苏黎世的瑞士联邦工业大学；认真地学习数学和物理；并力争成为自然科学部门的教师！

也正是在16岁，爱因斯坦写了生平第一篇物理学研究论文《关于磁场的以太状态的研究》，独立迈出了科学探索的第一步。

最后，再让我们一同来看一下当今的世界首富——比尔·盖茨的青少年时代又是怎样度过的： 上四年级的时候，一次，比尔·盖茨突然对同学卡尔·爱德说：“与其做一棵草坪里的小草，还不如成为一株耸立于秃丘上的橡树。

因为小草千篇一律，毫无个性，而橡树则高大挺拔，昂首苍穹。

小学阶段，在他的日记中，经常可以看到一些耀眼的励志文字。

例如，“也许人的生命是一场正在焚烧的‘火灾’，一个人所能做的就是竭尽全力从这场‘火灾’里抢救点什么出来。

四年级的他，无论是思维水平还是能力，已经远远在同龄孩子之上了。

18岁时，比尔·盖茨便赚得了3万美元，当时，他豪情满腹地对朋友说，他25岁之前要成为百万富翁。

事实也证明，他的确做到了，而且大大地超过了自己的设想。

看完这三位优秀男性的故事，你是否感触到了什么呢？

## <<优秀男孩的5种思想7种习惯9种能力>>

如果有，那就默默地把这些感触记在心中吧，用他们的励志故事来激励自己、勉励自己，进而点亮自己人生的美丽之灯！

近代思想家、戊戌变法运动的领袖之一梁启超曾在自己的名作《少年中国说》中写下了这样一段话：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。”这精彩绝伦的总结，不仅深入浅出地道出青少年的素质决定国运前途的大道理，更颇为精辟地指出了这样一个深刻的道理——青少年时期的你，身上蕴含着一股无穷的潜力！

但“天生我才必有用，我才有用非天生。

杰出青少年的超常胆识不是与生俱来的，而是通过培养和学习逐步获得的。

如果你要问，作为一名男子汉，我们如何才能变得更优秀？

本书将告诉你：如果你是一个有着强烈上进心的男孩，如果你的内心之中根植着一个执着的理想，如果你经常会幻想自己美好的未来……尽管你现在的学习成绩不那么尽如人意，尽管你感觉自己还有不在少数的缺点和不足，都没有关系，从现在开始，阅读本书，掌控这5种思想、养成这7种习惯、培养起这9种能力，相信用不了多久，你就可以成为一名真正的优秀男孩！

可以说，本书是一个密集的自我训练计划；是给予“青少年心灵”的一份真正的礼物！

无论你在生活中遇到什么难题，这本书都能给你带来希望、梦想和战胜挑战的力量！

5种思想：自信，乐观大度，独立努力，百折不挠，安全第一。

7种习惯：举止文雅，珍视身体，热爱阅读，做事有条理，诚恳真诚，善良有爱心，耐心细心。

9种能力：交际能力，掌控生活的能力，学习能力，竞争能力，表达能力，经营一生幸福的能力，多才多艺，分析判断能力，想象力创造力。

书中充满了智慧的方法、伟大的格言和最为实用的人生经验，对于正处于青少年时期的你来说。每一项都是不可或缺的！

## <<优秀男孩的5种思想7种习惯9种能力>>

### 内容概要

我的未来将如何？

我将如何去赢得美好的未来？

男子汉的青少年时代，需要做这样——件事——思考自己的现在，思考自己的未来，然后订立目标，努力去达成！

“生命之舟要远航，离不开智慧之橹。

” 《优秀男孩的5种思想、7种习惯、9种能力》，就是这个智慧之橹！

书中充满了智慧的方法、伟大的格言和最为实用的人生经验，对于正处于青少年时期的你来说。每一项都是不可或缺的！

## 作者简介

云晓，从事教育工作多年，长期专注于家庭成功教育和青少年心理健康的研究，其作品发表于各类教育刊物，现任云晓家庭教育咨询工作室总负责人、韩国蓝天双语幼儿园客座专家等职。

云晓老师的作品自出版以来，长期位居各大书城、网络书城排行榜首位，在教育界产生了巨大的轰动！

其已出版的畅销作品有《13岁前，妈妈改变孩子的一生》《培养了不起男孩的100个细节》《培养完美女孩的100个细节》《10—18岁青春期，和男孩说说爸妈的心里话》《10—18岁青春期，和女孩说说爸妈的心里话》等。

书籍目录

第一部分 准备出发第1章 思想、习惯、能力1 思想、习惯、能力2 画一棵人生之树3 两个我——发掘出“真我”“强我”第2章 从改变自己开始1 改变自己的思维定势2 培养好习惯，祛除坏习惯3 开发自己的才能第二部分 走向优秀之——笋种思想第3章 自信1 你为什么不自信2 发现自己的优势3 越是劣势，越要全力弥补4 从姿势、眼神、声音入手5 相信自己是独一无二的第4章 乐观1 谁夺走了你的阳光心态2 乐观与悲观仅仅一念之差3 积极处事，凡事从自己身上找原因第5章 有理想、有目标1 寻找自己的理想2 设想自己十年后的样子3 为自己设计一个目标实现的倒计时表第6章 坚强勇敢1 挫折是人生中不可多得的财富2 男子汉，要靠自己3 坚强勇敢，绝不等同于莽撞行事第7章 积极进取1 告诉自己，永远不要满足2 与优秀的人为伍3 家里条件越好，越是要积极进取第三部分 走向成功之——7种习惯第8章 勤奋1 勤奋是你优秀的保证2 千万别耍小聪明3 别人休息的时间，你在做什么4 身体不能懒，思想更不能懒5 做一个能吃苦的人第9章 阅读1 读万卷书，行万里路2 养成正确的读书方法3 列一份读书清单第10章 分享1 千万别小气2 帮助别人就是帮助自己第11章 感恩1 感恩父母2 感恩他人第12章 立即行动1 立即行动，成功距离你最近2 重要的事情要先做3 不要拖延和磨蹭第13章 细致认真1 杜绝粗心2 杜绝敷衍了事3 细节决定成败第14章 热爱学习1 你在为谁读书2 要有“提高成绩”的强烈意识3 爱学习，才会学得快乐4 一定要有适合自己的学习方法5 把学习当做一种习惯第四部分 走向卓越之——乡种能力第15章 领导能力1 主动去竞选班干部2 领导力不是霸权力，而是服众力3 要敢于承担责任第16章 表达能力1 表达能力是练出来的2 多阅读3 不仅要能说，还要会说第17章 掌控时间和生活的能力1 珍惜每一秒时间2 做自己生活的主人第18章 自我控制能力1 当你觉得情绪要爆发时，请喊暂停2 管住自己的欲望3 多运用理性思维思考第19章 抗挫折能力1 挫折是成长的必修课2 摆正自己的心态3 越是怕失败，越要去做第20章 想象力、创造力1 大胆发挥自己的奇思妙想2 创造力——多问几个为什么第21章 决断能力1 自己的事情自己做主2 升学的抉择第22章 交际能力1 你身边的那些关系2 实施友善的行为3 沟通协作第23章 反思和总结能力1 进步源于不断地反思与总结2 对学习状况的反思

章节摘录

版权页：插图：1 谁夺走了你的阳光心态我认识这样一个男孩，可谓是消极悲观的典型：这个男孩无论做什么事情都唉声叹气，一脸苦相。

上课的时候，他抱怨老师讲课啰嗦，没有意思，总是没精打采，盼望着下课；下课了，嫌同学们各忙各的没人理他，郁郁寡欢；回到家里，看到妈妈没有做他喜欢吃的饭菜，又开始抱怨妈妈不爱他；晚上写作业，因为上课没有认真听，做起来非常吃力总也做不完，男孩又抱怨老师太“残忍”，留的作业太多……整天在这种抱怨不休围绕之下，这个男孩还不到20岁，看起来却和小老头一样……是的，悲观的情绪不仅会让你在生活中错失很多机会，遭受失败的打击，更是会影响你的精神面貌，导致一系列的精神疾患，譬如未老先衰、孤僻自闭等等。

那么究竟是什么原因导致我们对生活充满悲观呢？

有两个要点：其一，不能全面认识生活。

生活就像一个多面体，从不同的角度去看，就会有不同的风景，如果你总是习惯看到生活中那些不好的方面，自然就会渐渐生出悲观消极的情绪。

其二，太过挑剔他人。

如果在与人相处的过程中，你总是看到别人身上的不足，总是看到别人的不好，那么，你也就很难让自己的心态积极阳光起来。

就像我在前面例子中提到的男孩一样，总是用一种挑剔的眼光去看待周围的人，总是对周围的人抱怨不休，结果，他又收获了什么呢？

除了让他自己的心情更糟糕，让他自己生活得更不快乐以外，什么都没有。

明白了这些，你是不是已经着急知道究竟该如何做，才能让自己拥有阳光积极的心态呢？

只要你能坚持做到下面这样三点，想成为一个乐观的男子汉其实非常容易：坚信“每一天都是美好的”自控能力差的另一个明显表现就是不能很好地管住自己的欲望。

这让我想起前段时间在网上看到的一个小故事：一个十几岁的少年因犯盗窃罪进了少管所，在他陈述往事时，曾经这样懊恼：如果当初我能管住自己的手，不把它伸向同学们的书包，管住自己想要把东西占为己有的欲望；如果我能控制住自己错误的行为，或许，今天，我就不会在这里了……这个少年的忏悔，让我想到了很多。

生活丰富多彩，总是充满着这样那样的诱惑，面对这些诱惑，我们难免就会有控制不住自己欲望的时候，然而，这些诱惑又往往会导致我们在错误的道路上越陷越深，最终背离我们的人生轨迹。

就像我在例子中提到的这个男孩一样，如果在一开始他心里产生想要把别人的物品占为己有的想法时，能够适时地管住自己的欲望，那最终的结果会不会就是另一个样子？

所以，如果你想拥有美好的未来，如果你想成为优秀队伍中的一员，在你成长的道路上，懂得控制住自己不合理的欲望就非常有必要。

那么，怎样才能很好地控制住自己不合理的欲望呢？

编辑推荐



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>