

<<杰出孩子的7个习惯>>

图书基本信息

书名：<<杰出孩子的7个习惯>>

13位ISBN编号：9787510416385

10位ISBN编号：7510416388

出版时间：2011-3

出版时间：新世界出版社

作者：柯君

页数：305

字数：288000

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>

<<杰出孩子的7个习惯>>

前言

一天，一位睿智的教师与他年轻的学生一起在树林里散步。教师突然停了下来，并仔细看着身边的4株植物。

第一株植物是一棵刚刚冒出土的幼苗；第二株植物已经算得上挺拔的小树苗了，它的根牢牢地盘踞到了肥沃的土壤中；第三株植物已然枝叶茂盛，差不多与年轻学生一样高大了；第四株植物是一棵巨大的橡树，年轻学生几乎看不到它的树冠。

老师指着第一株植物对他的年轻学生说：“把它拔起来。

”年轻学生用手指轻松地拔出了幼苗。

“现在，拔出第二株植物。

”学生听从老师的吩咐，略加力量，便将树苗连根拔起。

“好了，现在，拔出第三株植物。

”学生用一只手进行了尝试，然后改用双手全力以赴。

最后，树木终于倒在了筋疲力尽的年轻学生的脚下。

“好的，”老教师接着说道，“去试一试那棵橡树吧。

”年轻学生抬头看了看眼前巨大的橡树，想了想自己刚才拔那棵小得多的树木时已然筋疲力尽，所以他拒绝了教师的提议，甚至没有去做任何尝试。

“我的孩子，”老师叹了一口气说道，“你的举动恰恰告诉你，习惯对生活的影响是多么巨大啊！

”我们的习惯就像是故事中的植物一样，幼苗很容易拔除；而随着时间的推移，越是根深蒂固，越是难以根除。

故事中的橡树是如此巨大，就像是积久形成的习惯那样令人生畏，让人甚至怯于去尝试改变它。

不仅坏习惯如此，好习惯也不例外。

也就是说，好习惯一旦养成了，它们也会像故事中的橡树那样，忠诚而牢固。

我们周围有很多的人，日常生活中，生活地平平淡淡，事业上举步不前，可是看到别人取得巨大成就时，往往会羡慕他们的高智商、天赋，或者认为他们天生就具有出色的处事风格。

真的是如他们所想的那样吗？

其实，很多人之所以取得了令人瞩目的成就，仅仅是因为他们拥有了有助于促进自身才能发展和发挥的良好习惯。

俄罗斯教育家乌申斯基说：“好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息。

而坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。

”杰出青少年的最显著特征之一就是拥有良好的习惯！

记住：在生活中是否幸福与快乐，是否觉得充实，是否表现得出类拔萃，不在于你是谁，或者你有什么，它只取决于你想的是什么，拥有什么样的习惯，采取什么样的行动！

<<杰出孩子的7个习惯>>

内容概要

如果你自己希望出类拔萃，希望自己的生活方式与众不同，那么，你必须明白一点——你的习惯决定着你的未来。

习惯，是“知识”、

“技巧”与“意愿”三者的混合体。

知识指点我们“做什么”及“为什么做”；技巧是指“如何做”；意愿则是“想做”。

要培养一种习惯，这三项缺一不可。

成功者找方法，失败者找理由。

优秀是一种习惯：优秀的人愿意做平庸者不愿意做的事情。

如果你愿意借鉴本书中的理念，在生活中采取积极主动的行动，进而养成习惯的话，这些习惯一定会使你受益终生

<<杰出孩子的7个习惯>>

书籍目录

习惯一 良好的学习思维习惯

为了在现代社会成功立足就必须学会学习
要懂得优先掌握那些与自身成才密切相关的学习内容
为使学习更为主动要养成合理制订计划的习惯
在学习中学会懂得“循序渐进”，逐渐积累
改变粗心的态度，培养认真仔细的学习习惯
不仅要爱读书，还要读好书
养成用适当的形式写读书笔记的习惯
掌握在实践中增强记忆力的原则和要领
主动去学，养成良好的自学习惯
养成良好的思维习惯，保持头脑灵活
培养独立思考能力，敢于提出独创性见解
在日常生活中坚持进行创造性思维
学会激发自己的灵感，发掘自身潜在的创造力

习惯二 良好的处世习惯

现代青少年必须要高度重视人际交往
交友一定要慎重，避免滥交
把握必要的原则，养成良好的交友习惯
学会共处，把握好交往分寸
在生活中要经常诚恳地赞美别人
努力避免毫无意义的争论，减少人际摩擦
控制脾气，用理性的态度来面对愤怒
进行真诚的道歉以维持和谐的人际关系
避免骄傲自满，培养谦虚的品格
远离嫉妒，真诚地和朋友分享快乐
努力调整自己，改变爱抱怨的习惯
改变有碍追求和卓越的错误的人生态度

习惯三 充分利用时间的习惯

为了追求卓越必须珍视时间的价值
努力把点点滴滴的时间都充分利用起来
青少年应把握的充分利用时间的窍门
如何才能养成合理安排时间的习惯
立即行动，克服办事拖拉的习惯
培养持之以恒、忘我工作的习惯
学会专注，培养专心致志的习惯
努力操纵自己的意志，超越享乐思想

习惯四 自强自立的习惯

习惯五 不断进取的习惯

习惯六 自我约束的习惯

习惯七 健康快乐的习惯

<<杰出孩子的7个习惯>>

章节摘录

版权页：智力就是人们通常所说的智慧和聪明。

它是保证人们有效地进行认识活动的那些比较稳定的内在心理特征的有机结合。

一般说，在青年的成才活动中需要培养的智力包括：观察力、记忆力、思维力、想象力、注意力5个方面。

观察力是智力活动的门户。

观察力的培养对青年的学习写成才十分重要。

但观察力的培养并非轻而易举。

青年在观察力的学习与培养过程中，既要学会观察事物的全貌，又要学会观察事物的各个组成部分；既要观察事物发展的全过程，又要观察事物发展的各个阶段；既要观察事物的相似之处，又要观察事物的细微差别；既要观察事物比较明显的特征，又要观察事物比较隐蔽的特征。

世界著名作家莫泊桑说过：“要使自己对事物有更深的洞察力，对你所要表现的东西，要长时间很注意地去观察它，以便发现别人没有发现过和没有写过的特点”。

记忆力是智力活动的仓库。

人们智力结构中的诸要素都离不开记忆力。

培养记忆力，首先是要增强记忆力的敏锐性、正确性、持久性和备用性；同时也应当借助思维的帮助，通过思维，加强对知识的理解，建立起必要的联想，这是通向记忆的坚实之路；还要正确对待遗忘，一方面要掌握遗忘的规律，同遗忘作斗争；另一方面只有遗忘掉那些不必记住的东西，才能牢记那些必须牢记的东西。

思维力是智力活动的核心。

失去思维力，观察力、记忆力、想象力和注意力的作用都无从发挥。

青年在学习的过程中，一定要“善于思考、思考、再思考”。

有人曾把青年的学习分为三种不同的水平：记忆的学习水平、理解的学习水平和思考的学习水平。

第一种水平只求记住学习的材料，甚至不惜死记硬背。

第二种水平则要求弄懂学习材料的意义，力求融会贯通。

第三种水平是以问题为中心，通过积极思考，力求发挥自己的创造性，主动去解决问题。

应该说，在青年成才的学习中，这三种水平的学习都是客观存在的。

但就实际的情况来看，还是第一、二种水平的人占多数，第三种水平的人数为少。

因此，对处于前两种水平的人而言，要努力把自己提高到后一种水平上来；否则，成才之路会变得暗淡失色。

因为“思维着的精神”是“地球上最美的花朵”。

想象力是智力活动的翅膀。

想象力的作用，在于使人的智力奔放起来，飞腾起来，推动人们去创造，培养想象力，就要不断增强想象的丰富性、新颖性和独创性。

但是我们又不要去提出那种毫无根据、完全不着边际的胡思乱想。

想象。

只有同现实紧密联系才富有创造性，才是真正难能可贵的。

才是科学成才所必需的。

注意力是智力活动的维护者。

注意力的作用在于使心理活动指向、集中或转移到某种客观事物上。

人们的一切智力活动，包括观察、记忆、思维、想象，都只有在注意力的参与下，才能有效地顺利地进行。

因此，青年在自己的学习生活中，必须善于掌握和调整自己的注意力。

<<杰出孩子的7个习惯>>

媒体关注与评论

在宇宙中唯有一个角落，是你一定可以加以改进的——那就是你自己。
——英国著名作家 赫胥黎

<<杰出孩子的7个习惯>>

编辑推荐

《杰出孩子的七个习惯》：优秀、健康和富足都是习惯的产物。

思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定品德，品德决定命运。

杰出青少年的最显著特征之一就是拥有良好的习惯：好习惯是人在神经系统中存放的资本好习惯一旦养成了，它们也会像故事中的橡树那样，忠诚而牢固。

那些甘愿做习惯奴隶的人，往往是意志薄弱、缺乏自信和魄力的人，他们甘心接受习惯的摆布，而从未想过通过自己的力量改变这种被动的状态。

人最大的敌人是自己，改掉坏习惯也是战胜自我、征服自我的过程。

生活永远属于那些能够战胜自我的强者，强者才能改变他们自己的命运。

一个人在年轻的时候培养一些好的习惯，将会给他带来终生的无穷收益。

杰出青少年的最显著特征之一就是拥有良好的习惯!记住：在生活中是否幸福与快乐，是否觉得充实，是否表现得出类拔萃，不在于你是谁，或者你有什么，它只取决于你想的是什么，拥有什么样的习惯，采取什么样的行动。

<<杰出孩子的7个习惯>>

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>