

<<赢在习惯>>

图书基本信息

书名：<<赢在习惯>>

13位ISBN编号：9787546360515

10位ISBN编号：754636051X

出版时间：2011-11

出版时间：吉林出版集团

作者：张丽婕

页数：240

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>

<<赢在习惯>>

前言

罗马不是一天建成的，成功更不是一步登天的神话。如果你喜欢看成功人士的故事，你会发现，他们的事业金字塔是由一块块考究的基石逐渐搭建而成的。这些“基石”，就是做人做事的习惯。

美国成功学大师拿破仑·希尔说：“习惯能够成就一个人，也能够摧毁一个人。”习惯的力量是如此强大，让我们的人生有所不同。在本书中，我们将成功人士的良好习惯总结为七点，帮你逐条分析它们的重要性，并告诉你养成这些良好习惯的方法。

第一，作规划的习惯。想成功，不能像无头苍蝇一样乱撞，聪明的人都习惯给自己制定长远目标和阶段性目标，并且懂得用最短的时间、最低的成本去完成这些目标。如果说成功就是爬上金字塔的顶端，那么，规划就是为自己架起一座登顶的梯子。

第二，积极行动的习惯。“明日复明日，明日何其多。”这是所有渴望成功的人要铭记于心的话。有任务在身，就要毫不迟疑立刻去办；有梦想在心，就要扛住压力果断行动。要记住：实现梦想的第一步，就是从梦中醒来，动手去做。

第三，管理自我的习惯。管理自我要从三个方面着手，一是自持自律，专注做事；二是放低姿态，不露骄纵之气；三是慎独修身，为自己打造良好的口碑。

第四，卓越思考的习惯。虽然很多成功人士是从体力劳动做起，但是他们最后的成功必定是靠脑力。所以，要养成动脑筋的习惯，遇事灵活变通，考虑周全，要理性分析当前的局势，也要大胆创新开拓未来。

第五，善于交际的习惯。成功是需要贵人指路、朋友扶持的，所以，渴望成功的人一定要有交朋友的习惯。要不断拓展自己的朋友圈子，还要积极跟朋友互动沟通，从而获得信息和帮助。

第六，与人合作的习惯。成功人士是精英，但绝对不是个人英雄主义、靠单枪匹马闯天下的孤胆英雄。他们都擅长与人合作，互利互惠，在良好的人际关系中谋求更大的利益。

第七，持续学习的习惯。“我已经很优秀了”这样的想法是不应该有的。在信息爆炸的今天，知识更新速度太快，所以我们要自我学习的习惯，丰富我们的知识，拓展我们的视野。

另外，还要懂得如何提高自己的“身价”，让自己的努力得到更高的回报。总的来说，规划、主动、自律、思考、交际、合作、学习是通向成功所需的七个习惯。理论学起来容易，实际操作起来要难一些。

不过，专家曾经做过相关的统计，一个习惯的养成只需要半个月左右的时间。当你阅读本书之后，不妨在生活中督促自己将里面的内容逐一落实到现实中去。可能要经过短暂的“不适应”，但过了这个阶段，你会发现一个全新的自己。希望通过这本书，你能够找到叩开成功大门的钥匙，早日成为理想中的成功人士！

<<赢在习惯>>

内容概要

成功需要明确的目标，把目标分阶段实现，才不至于在追求成功的路上因疲惫厌倦而轻言放弃。

合理安排日程，集中精力做重要的事，用最少的时间做最多的事，加快成功的步伐。

空想没有任何意义，要敢于尝试，大胆实践，一旦确定目标，就勇往直前，不达目的誓不罢休。

自我约束是成功人士必备的能力之一，有效地自我管理使他们能够专注于眼前的事，心无杂念、一心一意完成手头的任务。

转变思路，就是不循规蹈矩，不被外在条件所束缚，能依据周围的环境及时、合理地改变自己。

<<赢在习惯>>

书籍目录

习惯1 有效规划：准确安排，合理计划

第一节 目标至上，找到成功的指针

锁定目标，瞄准成功的靶心

细化目标，成功要步步为营

修正目标，完善行动过程

放大目标，树立人生理想

挑战目标，激发个人潜能

超越目标，顺利掌握一切

第二节 要事第一，提高工作效率

要事第一，从重到轻做事情

摆脱琐事，不做糊涂穷忙族

日事日毕，掌握“在今天”的成功原理

忙而不乱，和时间做好朋友

合理规划，保证速度和质量

惜时如金，利用零碎时间

平衡角色，让自己更出彩

第三节 厉行节俭，用最低成本成交

省是基础，想赚钱先学会省钱

小处着眼，大老板也要省小钱

积沙成塔，节约创造财富神话

缩减成本，从根本上提高效益

斤斤计较，算好投入和产出比

做管家婆，不“抠门”的人难成功

精打细算，提高每一分钱的利用率

习惯2 积极行动：勇敢向前，努力开拓

第一节 积极主动，变“要我做”为“我要做”

主动出击，远离借口和假设

及时行动，让效率成为保障

勇于尝试，让自己越来越强

充分准备，迎接各种挑战

大胆去做，一切皆有可能

坚持到底，为自己和他人负责

第二节 顶住压力，压力动力成正比

“压”苗助长，很多成绩源自压力

走出窘境，压力是你前行的动力

心有压力，说明你很优秀

列出压力源头，一一审视

先小后大，把压力依次解决掉

底气十足，跟压力死磕到底

行动起来，用实干对抗压力

第三节 努力适应，物竞天择演王道

适应环境，不要让环境适应自己

认清现状，知道自己的确切位置

分析情况，弄清自己所处的等级

设置底线，做个有操守的“变色龙”

<<赢在习惯>>

好风借力，争做“生态圈”中最高等级

顺势而上，伺机改变自身地位

第四节 适时淘汰，对旧人旧事说再见

一笔勾销，新仇旧恨都忘掉

丢掉奖杯，辉煌只属于昨天

不断拔高，赶超前面那个人

重建自我，淘汰不够优秀的旧我

新陈代谢，朋友圈子要吐故纳新

人挪就活，跳槽也是一种淘汰

习惯3 完美修身：协调自我，发扬美德

第一节 自持自律，有效进行自我管理

管好自己，卓越源自纪律

心无杂念，专注眼前的事

心有章法，按照流程去做事

收敛情绪，不让心情干扰事情

节奏紧凑，自由不等于懒散

一定要成，偏执狂才能把事办好

雷厉风行，做事干脆利落

第二节 谦虚低调，先“示弱”再变强

守口如瓶，不该说的绝不说

放低自己，谦逊处事少祸端

适当装傻，好汉能吃眼前亏

隐藏锋芒，别做“犀利哥”

文字要空，话亦不能说满

适当疏远，不让人一眼看穿

不强出头，坐好“老二”的位置

量力而行，不与强敌硬碰硬

第三节 修身慎独，口碑是最好的广告

人品第一，有技术更要有真心

信守诺言，诚信是无言的名片

老实稳重，少年老成很可贵

勇于认错，让人看到你的诚意

点到为止，及时原谅别人的错误

.....

习惯4 卓越思考：巧妙用脑，灵活应对

习惯5 广域交际：热情结交，扩大沟通

习惯6 效率合作：善于借力，促进协作

习惯7 学不止步：钻研终身，持久发展

<<赢在习惯>>

章节摘录

版权页：插图：崔淑立是海尔洗衣机海外产品经理，在贯彻“日清”制度时起到了表率作用。她接手美国市场时，前任经理提醒她：“拿下美国B客户非常难！”

前任各产品经理在这位客户面前都业绩平平。

“真这么难吗？”

我要怎样攻下难关？

”崔淑立自问。

这天，崔淑立一上班就看到了B客户发来的要求设计洗衣机新外观的邮件。

因为有12小时的时差，此时正是美国的晚上，崔淑立很后悔，如果能即时回复，客户就不用再等到第二天了——客户是上帝，怎么能让上帝等这么长时间？

从这天起，崔淑立决定以后晚上过了11点再下班，这就意味着可以在当地上午时间处理完客户的所有信息。

三天过去了，“夜半日清”让崔淑立与客户能及时沟通，开发部很快完成了新外观洗衣机的设计图。

就在决定把图样发给客户时，崔淑立认为还必须配上整机图，以免影响确认。

她“逼着”自己和同事们完成“日清”——整机外观图一并发给客户。

一切弄好之后，已经是晚上12点了。

大约凌晨1点，崔淑立回到家，立刻打开家中电脑，当她看到客户的回复：“产品非常有吸引力，这就是美国人喜欢的。”

”她顿时高兴得得意全无，为自己的“夜半日清”产生效果而兴奋不已！

样机推进中，崔淑立常常半夜醒来打开电脑看邮件，这样就可以即时给客户答复。

美国那边的客户完全被崔淑立的精神打动了，推进速度更快了，B客户第一批订单终于敲定了！

崔淑立把“日清”发挥到极致，也就创造了在大客户手中拿订单的传奇。

凡事都留到明天处理的态度就是拖延，这不但是阻碍进步的恶习，也会加深生活的压力。

对某些人而言，拖延是一种心病，它使人生充满了挫折、不满与失落感。

建议你从现在起就下定决心、洗心革面，今天的事一定要在今天完成，可以参考下列方法督促自己。

1.了解自己每天在什么时间精力最充沛，把最重要的工作放到这时来完成。

2.做好每天的任务清单，将所有的项目和约定记在效率手册中。

3.运用切香肠的技巧。

所谓切香肠的技巧，就是不要一次吃完整条香肠，最好是把它切成小片，小口小口地慢慢品尝。

同样的道理也可以适用在你的工作上：先把工作分成几个小部分，分别详列在纸上，然后把每一部分再细分为几个步骤，使得每一个步骤都可在一个工作日之内完成。

每次开始一个新的步骤时，不到完成，绝不离开工作区域。

如果一定要中断的话，最好是在工作告一个段落时，使得工作容易衔接。

不论你是完成一个步骤，或暂时中断工作，记住要对已完成的工作给自己一些奖励。

<<赢在习惯>>

编辑推荐

《赢在习惯(超值典藏)》：习惯就像走路，一旦选择了就会不自觉地走下去，惯性的力量会强化这种选择，直到变成一种潜意识。

即便是同样的选择，同样的时间，不同的人带来的结果却是千差万别的。

究竟是什么造成了这种差距？

就是习惯！

小习惯影响着人生的精彩程度，许多看似不经意的选择和领悟，却成就了各领域内的精英分子。

改变结果的职场圣经，造就辉煌的成功法宝，思维影响行动，行动形成习惯，习惯决定命运。

成败并非天注定，在通往成功的道路上，需要的是由内而外叩开改变之门。

高效能人士的成功法则，有效规划：准确安排，合理计划，积极行动：勇敢向前，努力开拓，完美修身：协调自我，发扬美德，卓越思考：巧妙用脑，灵活应对，广域交际：热情结交，扩大沟通，效率

合作：善于借力，促进协作，学不止步：钻研终身，持久发展。

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>