

<<习惯决定成败>>

图书基本信息

书名：<<习惯决定成败>>

13位ISBN编号：9787563435043

10位ISBN编号：7563435042

出版时间：2011-1

出版时间：延边大学

作者：张现杰

页数：248

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>

<<习惯决定成败>>

内容概要

《习惯决定成败》从了解和认识习惯切入，结合当代成功、心理、社会学等交叉学科知识，全方位、多角度地阐释了习惯对人生成功的意义，并教你学会用习惯的力量成就你的一生。

<<习惯决定成败>>

书籍目录

第一章 积极乐观走向成功

- 黄金定律
- 积极导向辉煌
- 掌握自己的命运
- 驾驭自己的人生
- 积极心态造就成功
- 从心态看成败
- 快乐的城堡
- 将挫折变为动力
- 告别痛苦，沐浴阳光
- 笑对生活
- 保持成功者的心态
- 培养成功的心态
- 态度决定一切

第二章 改善情绪笑对成败

- 摆脱愤怒的习惯
- 生命是一朵鲜花
- 让心田洒满阳光
- 控制你的情绪
- 如何对付不快的心情
- 调节情绪的六种方法
- 打捞好心情

第三章 思维习惯改变未来

- 思考决定一切
- 大脑会越用越灵活
- 多思考就能成功
- 有谋虑才能成功
- 三思而后行
- 创新是成功的秘诀
- 创新改变整个世界
- 出奇制胜，独占鳌头
- 打通你的思路

第四章 珍惜时间迈向成功

第五章 立即行动成功不远

<<习惯决定成败>>

章节摘录

版权页：插图：一切成就，一切财富都始于健康的身心。

克服异常心理和变态心理及人格障碍中的孤僻、易怒、固执、轻率、自卑、忧虑、嫉妒等，以及其他类型的在人们的日常生活中随处可见的变态心理。

这些心理严重地影响了人际关系的处理，也妨碍了家庭、工作和事业。

应学会缓解和消除心理压力、择业压力、各种时尚、潮流的诱惑所构成的压力、生活不顺的压力等等。

对各种压力采用积极的应对方式来缓解和避免。

要有健康的身体，因为健全的心灵和健康的身体，是成功的基本保证。

要坚持锻炼身体，要经常地给自己充电，积极的心态要求有良好的能量水平。

要能够使你自己健康长寿，成功地运用积极心态，你的身体就会越来越健康。

17.养成良好的习惯好的习惯可以造就人才，坏的习惯可以毁灭人才。

习惯，对人的成功与否都有巨大的影响力。

好习惯的报酬是成功，好习惯是开启成功大门的钥匙，要有胸襟开阔的心理习惯、勇于纠正自己缺点的习惯、从容不迫的习惯、喜欢运动的习惯等。

<<习惯决定成败>>

编辑推荐

《习惯决定成败》从了解和认识习惯切入，结合当代成功、心理、社会学等交叉学科知识，全方位、多角度地阐释了习惯对人生成功的意义，并教你学会用习惯的力量成就你的一生。

习惯的力量是无比巨大的，它决定一个人的思维方式和行为方式，从而左右人的成败。

《习惯决定成败》从了解和认识习惯切入，结合当代成功学、心理学、社会学等交叉学科知识，从思维、时间、学习、健康、工作、管理、交际、财富、处世、成功等各个人生层面切入，全方位、多角度地阐释习惯对人生成功的意义，并学会用习惯的力量成就你的一生。

积极乐观走向成功、改善情绪笑对成败、思维习惯改变未来、珍惜时间迈向成功、立即行动成功不远

。用智慧形成的习惯，能成为第二天性。

<<习惯决定成败>>

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>