第一图书网, tushu007.com

<<决定人生成败的习惯全集>>

图书基本信息

书名：<<决定人生成败的习惯全集>>

13位ISBN编号：9787801756084

10位ISBN编号：7801756088

出版时间：2007-3

出版时间：中国长安出版社

作者：王志勤

页数：239

字数：210000

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

第一图书网, tushu007.com

<<决定人生成败的习惯全集>>

内容概要

习惯是行为多次重复的结果，是一种相对固定的行为模式。
科学研究证实，一种行为连续重复21次即可成为习惯，成为习惯即可成为自然，直至终生。
习惯是一个人思想和行为的真正领导者，好习惯能提高我们的办事效率，让我们做自己的主人，从而成为真正的大赢家。
　好习惯的力量是巨大的，它是成功不可缺少的催化剂，它同样是人生的宝贵财富。
养成良好的习惯，会使我们的生活更有条理，能使我们更好地工作、学习，能使我们稳步迈向成功。

第一图书网, tushu007.com

<<决定人生成败的习惯全集>>

书籍目录

第一章 养成健康生活的习惯　1.早睡早起，有益身体　2.早餐不容忽视　3.美味“不可多得”　4.吃饭时不说话、不出声　5.零食应适当　6.远离烟酒　7.切莫盲目减肥　8.身体发肤，受之父母　9.不上自助餐的当　10.饭后走一走　11.每周爬一次山　12.骑自行车去上班第二章 练就成功交友的习惯　1.关心他人，为你赢得友谊　2.懂得分享更易成功　3.一个好汉三个帮　4.任何时候都给人留有余地　5.一诺千金赢四方　6.善于与人合作　7.为他人鼓掌　8.像对待自己一样对待他人　9.时刻绽放笑容　10.用幽默点缀生活　11.每个人都有闪光点　12.虚心接受他人的批评　13.倾听让你更受欢迎　14.不要给别人起外号　15.原谅他人的过错　16.有话好好说　17.赞美的习惯　18.勇于说“不”　19.放低姿态做人第三章 塑规范礼仪的习惯第四章 铸造良好性格的习惯第五章 培养正确消费的习惯第六章 养成娱乐休闲的习惯

第一图书网, tushu007.com

<<决定人生成败的习惯全集>>

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