

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

图书基本信息

书名：<<18岁前应该养成的18种习惯>>

13位ISBN编号：9787807243410

10位ISBN编号：7807243414

出版时间：2007-2

出版时间：京华出版社

作者：陆士桢

页数：186

字数：192000

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>

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

前言

习惯是什么？

在《新华词典》中，对于“习惯”一词是这样释义的：“长时期养成的不易改变的动作、生活方式、社会风尚等。

”简而言之，习惯就是人的行为倾向。

是一种稳定的、自动化的、潜意识表现的行为，而不一定是自己希望的行为。

当然，习惯有好坏之分。

好习惯是一种顽强而巨大的力量，它可以从正面影响人的一生。

好习惯是一个人成功的基础，好习惯也足以改变一个人的命运。

1961年，苏联宇航员加加林乘坐“东方”号宇宙飞船在太空遨游了108分钟，成为世界上第一位进入太空的宇航员。

而加加林之所以能够从众多候选人中脱颖而出，竟是因为他有主动脱鞋的好习惯。

当时，共有20多位宇航员被列为首次升人太空的候选人。

为了确定最终人选，有关部门对他们进行了多方面的考核，并让他们进入飞行舱内做适应性训练。

总设计师罗廖夫发现，在进入飞行舱的所有人当中，只有一个人是脱了鞋，只穿袜子进去的，这个人正是力叻口林。

就是这样一个小小的细节，加加林赢得了罗廖夫的好感，他想：只有把飞船交给一个如此爱惜它的人，我才放心。

在他的推荐下，加加林成为了人类第一个飞上太空的宇航员。

后来，有人开玩笑说，“成功从脱鞋开始”。

实际上成功就是从好习惯开始的。

好习惯会影响我们的生活方式和个人成长的道路，会成为我们二生成功的导师，可以让我们受益一生。

所以，从某种意义上说，“好习惯是人生最大的指导”。

就像加加林，进舱脱鞋是小事，表面上仅仅说明加加林具有珍爱物品的好习惯。

但一个人的良好形象正是由一个个好的习惯凝结而成的，好习惯折射出了一个人的优良品质和敬业精神。

.....

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

内容概要

每个人都可以通过养成良好的习惯来改变自己的命运，即使未来的人生充满挫折，只要他能够保持良好的习惯，就一定能够以健康正确的人生态度积极面对，从而排除人生中的各种艰难困苦，走向成功。

青少年朋友，良好的习惯是健康人格的牢固基础。

我们每一位青少年都应该养成良好的习惯，更好地发展我们的人格。

愿我们每一位青少年都能记住一点：好习惯时刻影响着我们的命运。

不经意间养成的好习惯，却是日后决定成败的关键。

长大成人前，赶紧培养它！

本书列出了18岁前应该养成的18种习惯，由具有30年青少年教育实践经验的资深专家、中国青少年研究会副会长、中央电视台少儿频道及10余家主流媒体青少年栏目特聘顾问陆士桢，着眼于成长发展的最重要因素，为青少年精心打造的成才必读！

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

作者简介

陆士桢，中国青年政治学院常务副院长、教授，任中国社会科学院社会学所硕士研究生导师、中央电视台青少年频道咨询委员会委员，同时兼任中国青少年研究会副会长、中国社会工作教育协会副会长，获国务院特殊贡献专家津贴。

先后主持了“中国青年政策研究”、“中韩青少年对艾滋

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

书籍目录

第1种习惯 诚实守信——人生发展的重要基石 立命之本 忠实做人诚信做事 拥有诚信拥抱成功 不讲诚信的代价第2种习惯 奉献爱心——赋予人生以完美色彩 爱心无价 奉献爱心先学会同情 一切因爱心而生 爱可以心心相传第3种习惯 崇尚感恩——让生命之花更加美丽 成功的基点 感念挫折与苦难 感恩现在的拥有 感恩为你付出的人第4种习惯 宽容大度——比海更宽阔的是心胸 人生难得的佳境 宽恕别人就是善待自己 宽容的力量 对人宽容更要对己宽容第5种习惯 虚怀若谷——受益一生的优秀品质 伟大灵魂的共有品质 该低头时就低头 虚心使人不断进步第6种习惯 注重细节——成功始于每一件小事 成就佼佼者 把注重细节培养成习惯 不重细节终成大错 成就源于小事第7种习惯 乐观向上——人生路上的动力源泉 让人生充满阳光 常怀一颗欢喜心 在逆境中找到出路 不能流泪就微笑第8种习惯 独立思考——成就睿智人生的条件 成功的必然要素 我思故我在 思考带动前进 培养创造型思维第9种习惯 追逐梦想——拥有实现目标的翅膀 成功源于梦想 梦想的力量 坚持的重要性 靠行动来实现第10种习惯 发奋自强——奏响人生之路的凯歌 生存从独立开始 强者的必备素质 学会自理 学会自我选择第11种习惯 重视礼节——幸福人生的通行密码 懂礼貌的人最受欢迎 交往从尊重开始 谦让使你赢得更多朋友第12种习惯 与人分享——敞开关闭的心灵之门 成长的开始 懂得分享是一种智慧 学会分享自会拥有 分享才会快乐第13种习惯 自我反省——创造完美的心灵推手 自我反省是一种美德 懂得自省才能不断进步 自省其实很简单第14种习惯 悉心倾听——打开心锁的万能钥匙 赢得朋友的法宝 倾听是一种艺术 倾听也是一种沟通 懂得倾听最可贵第15种习惯 博览群书——品味多彩人生的利器 书籍是人的精神食粮 奏响人生的华彩乐章 打开认知世界的窗口 保持持久的学习力第16种习惯 关注健康——幸福人生的有力保障 人生之本 运动是健康的基础 心理健康才能快乐第17种习惯 珍惜时间——让生命变得更有价值 做惜时如金的人 合理安排时间 珍惜时间就是珍惜生命 学会适当放松第18种习惯 专心致志——做事成功的必备要素 天才的共同特质 注意力集中的人容易成功 做事目标一定要明确

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

章节摘录

1. 立命之本 诚信为人之本！

诚信比金钱更具有吸引力，比美貌更具有可靠性，比荣誉更有时效性！

——中国）鲁迅 宋濂是我国明朝的开国重臣，他贡献卓著，有“太史公”的高誉，当时被誉为文学第一人。

小时候，宋濂家里很穷，但他非常喜欢读书。

家里买不起书只好向人家借，每次借书，他都讲好期限，按时还书，从不违约，所以，人们都乐意把书借给他。

有一次，他借到一本书，越读越爱不释手，便决定把它抄下来。

时值隆冬腊月，滴水成冰，正好还书的期限也快到了，他只好连夜抄书，手被冻得麻木了也不停下来。

他的母亲说：“孩子，天亮再抄吧，人家又不是等着这本书看。”

宋濂说：“不管人家等不等这本书看，到期限就要还，这是信用问题，也是尊重别人的表现。

如果说话做事不讲信用，失信于人，就不可能得到别人的尊重。

有人说，“诚信”二字几乎包含了所有与别人交往时应具备的品质。

那么，“诚信”到底是什么呢？

顾名思义，“诚”就是诚实、诚恳和坦诚，也是实事求是的态度；“信”就是信用、信义和信誉，也是言而有信的作风，“诚”和“信”结合在一起就是“诚实守信”。

在竞争日益激烈的今天，在当今我国社会主义市场经济发展大潮中，诚信具有尤为重要的地位，诚信是一个国家兴旺发达、一个民族文明进步的重要标志。

对个人也是一样，诚信是一个人的立人之基、立业之本，也是做人的重要行为准则，更是每一个公民应有的基本素质，是做人的最起码要求。

诚信是我们每个人立足于社会不可或缺的“无形资产”。

孔子曾说：“人无信，则不立。”

一个人如果没有诚信，他就失去了参与社会活动的最基本条件。

诚信是一个人最起码的品德，是个人立足于社会的基础前提条件，如果一个人没有诚信，就好像盖一座大楼没有坚实的地基一样，是不牢固的，当然他也不会取得别人的信任。

毫不夸张地说，诚信构成了人与人之间相互交往的基本价值体系。

一个人缺乏诚信的同时，也意味着他被社会所抛弃了，他将被置于孤立无援的境地，终将一事无成。

要知道，抛弃了诚信的人是永远也不可能到达成功的彼岸的。

中华民族有着五千年的优秀文化传统，“诚实守信”历来是中华民族的一种传统美德。

为人处世，做事立业，最讲一个“诚”字，最重一个“信”字。

人离开了诚信，就会言而无信，就无法得到别人的信赖和尊重。

在中央电视台播出的一期《对话》节目中，主持人请当时的微软全球副总裁李开复先生介绍微软聘用员工的标准，在“创新、诚信、智慧”三个标准面前，李开复先生毫不犹豫地把“诚信”排到了第一位。

如果不在乎诚信，宋濂就不会为了及时还书，而在隆冬腊月的黑夜赶抄一本书，如果不讲诚信，他更不会成为流芳千古的一代名士。

在我国战国时期，著名的改革家商鞅为了树立威信，他在变法前下令在秦国都城南门外立一根3丈长的木头，并当众许下诺言：谁把木头搬到北门，赏10金。

人们不相信，无人去搬动木头。

商鞅把赏金涨到50金。

一男子把木头扛到了北门，商鞅立即赏他50金。

商鞅的这一举动，使人们感觉他是一个说话算数的人。

他之所以这样做，就是为了证明自己是一个守信的人，于是，他所推广的新法也渐渐获得人们的信任

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

, 很快就在秦国推广开了。

.....

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

编辑推荐

《18岁前应该养成的18种习惯》由京华出版社出版。

<<18岁前应该养成的18种习惯>>

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>