

<<每天一个好习惯>>

图书基本信息

书名：<<每天一个好习惯>>

13位ISBN编号：9787502830298

10位ISBN编号：7502830294

出版时间：2007-3

出版时间：地震出版社北京发行部（原地震出版社）

作者：贾伟

页数：256

字数：208000

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>

## <<每天一个好习惯>>

### 内容概要

本书对习惯的特点和作用进行了分析，并结合大量实例，有针对性地提出了培养优良习惯的切实可行的方法，使读者对习惯的认识能从自发上升到自觉，获得一条重塑自己，改变人生命运的途径。

笔者置身于人才培养研究，在本书中拟通过大量贴近生活的事例和精炼的要点，从获得成功的习惯、珍惜时间的习惯、培养良好的学习习惯、培养良好的工作习惯、培养良好的做人习惯、培养良好的处事习惯、培养良好的社交习惯、培养良好的说话习惯、需要掌握的习惯等9个方面，简要地讲述了获得良好习惯的方法和技巧。

希望你不论从头至尾仔细研读，还是有重点地随意翻阅，作片刻的消遣，都能够从本书中得到有益的启示。

<<每天一个好习惯>>

作者简介

贾伟，法学硕士，近年在《求是》杂志等期刊、报纸、图书论文集上发表文章近30篇；著有《改变自己》、《善待心灵》等。

现供职于文化部文化艺术人才中心，从事人才培养、职业技能鉴定等方面的研究，。

## <<每天一个好习惯>>

### 书籍目录

第一章 获得成功的习惯 1.培养好习惯 2.自信的习惯 3.自我约束是一切美德的根本 4.积极的心态 5.经常排除消极思想 6.控制情绪的习惯 7.明确奋斗的目标 8.培养果断的习惯 9.做一个具有创造性的人 10.逆流而上 11.永不放弃的习惯 12.品德的力量 13.诚实的习惯 14.替他人着想的习惯 15.习惯支配命运 16.让心境似水

第二章 珍惜时间的习惯 1.运用时间的习惯 2.有效地管理时间 3.珍惜每一秒钟 4.节约时间的秘诀 5.抓住时间的特点 6.珍惜时间的价值 7.浪费时间的代价 8.学会把握现在 9.向浪费时间的坏习惯挑战

第三章 培养良好的学习习惯

第四章 培养良好的工作习惯

第五章 培养良好的做人习惯

第六章 培养良好的处事习惯

第七章 培养良好的社交习惯

第八章 培养良好的说话习惯

第九章 需要掌握的习惯

## <<每天一个好习惯>>

### 编辑推荐

播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。

好的习惯它可以让人的一生发生重大变化，实现自己的梦想。

要想自己的人生灿烂辉煌，必需拥有良好的习惯；要想拥有良好的习惯，必须从一点一滴做起，树立目标，坚持下去，才能成功。

为了灿烂的明天，让我们从培养每一个良好的习惯开始吧！

<<每天一个好习惯>>

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>