

图书基本信息

书名：<<20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集>>

13位ISBN编号：9787511313850

10位ISBN编号：751131385X

出版时间：2011-7

出版时间：中国华侨出版社

作者：融智，若谷 编著

页数：384

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>

## 前言

良好的心态、习惯、性格是人生成功必备的三大法宝。

20几岁的年轻人如何在激烈的竞争中生存立足，求得发展，与自身的性格、心态和习惯有着至关重要的关系。

什么是心态？

心态就是你自己对人、对世界的看法和态度。

可以说，心态是我们真正的主人，心态决定了我们的命运。

积极心态可以使你学到处世的智慧和做人的道理，使你的人生之路越走越宽，生命的价值越来越大，成就事业，获得幸福，消极心态则很有可能会使你人生的航船驶入浅滩，从而失去发展的机会，成为人生的失败者。

心态具有强大力量，从里到外影响着一个人，决定着他的命运。

有怎样的心态，就会产生怎样的行动。

同一件事情，由具有不同心态的人去做，其结果会不同。

好的心态就像阳光一样，是能量之源，是快乐之本。

当我们的心灵充满“阳光”时，我们的生活也一定会变得充满欢笑、丰富多彩。

无数成功人士所走过的成功之路均证实了这样一个真理——好心态是成功的关键。

具备乐观的心态，你的心理年龄会永远年轻。

当你朝着奋斗的目标迈进时，好心态会增加你的愉悦与自信，使你充满力量，去获得财富、成功、幸福和健康，攀登到人生的顶峰，实现梦寐以求的奋斗目标。

什么是性格？

性格是人们在社会交往中所表现出来的一种个性，是人的心理特征的外在表现。

性格的形成是很复杂的，它既有先天的、遗传的因素，也有后天的、社会的因素。

而性格的特点就是一旦形成即相对稳定，较难改变。

在这个世界上，几乎没有任何两个人的性格是完全相同的，而人的性格也蕴藏着巨大的能量。

一般来说，性格支配行为，有什么样的性格便会有什么样的行为。

好的性格可以让你在错综复杂的人际关系网中游刃有余，在坎坷的人生之路上战无不胜，可以助你走向成功的彼岸，而坏的性格则会不断在你的成长之路上设置障碍，使你迷失前进的方向，甚至会将你推入万丈深渊。

一个人身上所具有的好性格越多，与成功的距离就会越近。

好的性格是一个人取得成就的内在动力，它的力量能够帮助我们穿越前进道路上的障碍，吸引那些贵人来帮助我们，并能在潜移默化中改变我们的人生轨迹。

这正如著名成功学大师卡耐基所说：“性格决定命运。”

所以，20几岁的年轻人需要培养自己具有良好的性格。

什么是习惯？

习惯是由一个人行为的累积而形成的某些固定行为，是人们生活中习以为常的行为举止，它也是决定人生成功与否的重要因素。

美国著名成功学大师拿破仑·希尔说：“习惯决定成败。”

习惯在我们不知不觉的重复的过程中，会逐渐变成我们本能的一部分。

而习惯具有一种能左右人命运的神奇力量。

几乎所有的成功人士身上都有这样一个共性，那就是具有良好的习惯。

正是这些好习惯，帮助他们开发出更多与生俱来的潜能，使他们成就梦想，踏上辉煌的发展之路。

也有无数失败者用惨痛的事例证明：正是那些不良的习惯使他们离成功越来越远。

所以，许多人之所以没有成功或者成功得很慢、很艰难，没有养成一个好习惯便是原因之一。

如果你想要主宰自己的命运，那么，请先主宰你的习惯——做自己习惯的主人。

心态是人生的基本态度，它影响着我们的日常判断；性格是我们特性的标志，决定了我们的行为取向；而习惯是我们行为的不自觉反应，反映了我们的修养和道德水平。

它们相辅相成，在人成功的路途中，它们缺一不可。

本书从人成功必备的三大法宝——心态、性格、习惯入手，将丰富动人的小故事与启人至深的哲理相结合，用睿智、生动的语言，由表及里、由浅入深地向人们诠释了心态、性格、习惯在我们人生中举足轻重的作用，并告诉你如何改变消极的心态，拥有阳光般的心境；如何认识自己的性格，用性格来改变你的人生；如何培养良好的习惯，成就自己的一生。

好心态、好性格、好习惯是一个人成功必备的基本素质。

如果你将本书讲述的方法付诸实践，充分运用自身的力量应对人生的一切险阻，开发出自己的潜能，改变生存的现状，创造崭新的生活，你就会真正成为自己命运的主人，并迎来成功，成就梦想。

## 内容概要

在这个世界上，为什么有的人可以功成名就，而有的人却一生平淡无奇？一个人的家世背景、智商高低、努力与否和运气好坏，无法解释所有的人生成败。要想得到准确的答案，还得寻找一些深层次的原因。其实，人与人之间原本没多大区别，只是由于2011。岁时是否拥有好心态、好性格、好习惯而造成截然不同的结局。

心态控制了一个人的行动和思想，同时也决定了一个人的视野、事业和成就。好心态，可以让你勇敢地面对困难，对社会、人生持公正的认识，冷静而稳妥地处理各种问题。性格是人们在社会交往中所表现出来的一种个性。好性格，可以让你拥有好的人脉关系，使你不论处于何种生活都能够游刃有余。习惯是在生活、工作中逐渐养成的一种规律，是生活的一种积累。好习惯可以影响人的一生，使一个人事业有成。

好心态、好性格、好习惯，决定了20几岁年轻人的命运，也是20几岁年轻人成功必备的基本要素。《20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集(超值白金版)》(作者融智、若谷)结合典型案例，用睿智、生动的语言，向20几岁的年轻人诠释了心态、性格、习惯在人生中举足轻重的作用，并告诉他们如何改变消极的心态，拥有积极的心态；如何锻造良好的性格，用性格来改变命运；如何培养良好的习惯，开拓成功人生。运用《20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集(超值白金版)》提供的培养好心态的技巧、炼成好性格的方法、养成好习惯的招数，定会让20几岁的年轻人改变自己的命运，开拓出生活和事业的新局面，获得幸福美满的人生。

书籍目录

上篇 20几岁要具有好心态

第一章 心态决定一切

第一节 心态决定命运

心情的颜色会影响世界的颜色

心态操之在我

积极心态：最大限度地利用潜意识挖掘自身潜能

接受自己，迎接阳光

第二节 摆脱消极心态

自卑是失败者的名片

勿让悲观挡住阳光

恐惧是人生的大敌

依赖令你远离进步

心浮气躁，难以成事

忧虑是你自找的

嫉妒是痛苦的制造者

空想终是“海市蜃楼”

第二章 积极进取、改变命运的强者心态

第一节 积极心态：走向成功的动力

积极是永不服老的“年轻”态

坚定自信，重塑自我

走出消极空虚的心理黑洞

不要自我设限

全力以赴才有更多机会

对自己的人生主动出击

用热忱构筑人生乐园

欲得其上，必求上上

第二节 强者心态：扫除成功的障碍

强者是苦难学校的毕业生

呼唤“野性”的“狼道精神”

坚强执著的“阿甘精神”

强者是内心的强大

磨难成就辉煌人生

天助自助者

带着希望才能穿越人生的沙漠

失败了也要昂首挺胸

打败恐惧的方法就是直面恐惧

破釜沉舟才能绝处逢生

第三节 老板心态：打开成功的钥匙

老板心态源于对事业的“企图心”

做小事，成大事

和工作一起成长

敬业，最大的受益者就是你自己

成就老板心态的5种意识

警惕“打工心态”

让敬业成为习惯

提升自我管理意识

站在老板的角度看问题

比别人多做一点,超越老板的期望

#### 第四节 卓越心态:提升成功的高度

不甘平庸才能造就卓越

卓越是对自我的超越

卓越,让你成为一流人才

卓越,抓住腾飞的机会

卓越,激发你的潜能

摘下“我不能”的面具

为了追求最好,只有做到更好

#### 第三章 突破自我、成就人生的黄金心态

##### 第一节 归零心态:积累成功的要素

归零就是抛开过往,从零开始

心有空余,才能装物

满招损,谦受益

学习,为你增加事业成功的砝码

厚积薄发,积储成功的要素

不做井底之蛙

警惕成功背后的消极心态

大学毕业等于“零”

活到老,学到老

##### 第二节 务实心态:奠定成功的基石

从实际出发,脚踏实地

有付出才有收获

务实,奠定成功的基础

立足实际,拒绝大跃进

认清自我,知道自己能做什么

认真规划,知道自己要做什么

付诸行动,莫让梦想成为空谈

坚持到底,尽全力实现目标

专注工作,抛却工作中的杂念

发挥主动,不为拖延找借口

##### 第三节 共赢心态:获得成功的秘诀

共赢是利己利人的互利合作

共赢是具有远见的和谐发展

不断猜忌,祸起萧墙

单赢,“近视”的成功

用沟通促进共赢

欣赏别人的优点

与人牵手,快乐合作

学会分享,微笑竞争

##### 第四节 包容心态:通向成功的保障

包容是设身处地的理解体谅

包容是可容纳万物的广阔胸襟

包容别人,放松自己

包容让你拥有更多的朋友

上善若水，厚德载物

广纳百川，万事亨通

记住恩惠，洗去怨恨

中篇 20几岁要锻造好性格

第一章 解开性格密码

第一节 解开性格密码

性格是人最本质的象征

性格的源起及发展

性格的成熟

性格的表现形式

性格的两种基本分类：内向型和外向型

四种典型性格分类

MSCP性格分类

红、蓝、黄、绿四色性格分类

九点图性格分类

荣格性格分类

第二节 血型、生肖、星座与性格

血型的发现

A型血人性格的全面解析

B型血人性格的全面解析

AB型血人性格的全面解析

O型血人性格的全面解析

属鼠的人的性格

属牛的人的性格

属虎的人的性格

属兔的人的性格

属龙的人的性格

属蛇的人的性格

属马的人的性格

属羊的人的性格

属猴的人的性格

属鸡的人的性格

属狗的人的性格

属猪的人的性格

认识白羊座的人

透知金牛座的人

诠释双子座的人

了解巨蟹座的人

透视狮子座的人

观察处女座的人

解读天秤座的人

破译天蝎座的人

分析射手座的人

折射摩羯座的人

推知水瓶座的人

判断双鱼座的人

第三节 认识自己的性格

认识性格才能完善性格

菲尔测试及性格分析

MSCP测试及性格分析

荣格性格测试及分析

#### 第四节 性格决定人生

怎样的性格决定怎样的命运

性格与职业

性格与婚姻

性格与健康

命运掌握在自己手里

用性格来改变你的人生

### 第二章 锻造良好性格，用性格的力量改变人生

#### 第一节 别让不良性格毁了你

狭隘性格：中了恶魔的诅咒

刚愎性格：众叛亲离终败北

自负性格：膨胀出来的败局

多疑性格：聪明反被聪明误

孤僻性格：一把关闭心灵的锈锁

贪婪性格：永远填不满的欲望之沟

叛逆性格：引火焚身的悲剧

自私性格：一己之利终不成大事

懦弱性格：畏缩在阴暗的角落

#### 第二节 必须克服的九种缺陷性格

远离让你永远也站不起来的自卑

懒惰是成功路上的挡路虎

悲观是人生最黑暗的深渊

依赖只能把你变为别人的附属

走出自闭的牢笼，寻求真正的自由

暴躁的性格是发生不幸的导火素

冲动是魔鬼

抑郁是灵魂在疼痛

偏执的结果只会是此路不通

#### 第三节 成功必备的15种优良性格

自信是开启人生成功之门的金钥匙

乐观的性格让你笑对人生风云

宽容的性格是滋补心灵的鸡汤

谦逊的空杯才能盛更多的水

诚信为成功打造金字招牌

坚忍的人才能站得比别人更高

勇敢为你的成功之路铺开康庄大道

理智是导向成功的指南针

果断是解决问题的关键

自制是你的人生走向成功的保险单

热忱是点燃你生命力的火焰

独立自主的性格撑起人生的天空

‘进取让你从一个阶梯到更高的阶梯

谨慎是人生避风的港湾



稳重是一种成熟的象征

#### 第四节 培养和锻造成功的好性格

自我充实，不断进取——培养学习型性格  
三思后行，灵光乍现——培养善思型性格  
改变命运，不靠他人——培养独立型性格  
勇往直前，敢于冒险——培养冒险型性格  
心胸坦荡，豪爽率真——培养豪爽型性格  
风摧不垮，雨打不折——培养坚忍型性格  
刚强气质，强者风范——培养刚毅型性格  
把握时机，雷厉风行——培养行动型性格  
左右逢源，人脉畅通——培养社交型性格  
心平气和，宠辱不惊——培养沉静型性格

#### 下篇 20几岁要养成好习惯

##### 第一章 习惯决定成败

###### 第一节 习惯就在我们身边

习惯的力量无比巨大

习惯是什么

###### 第二节 成也习惯，败也习惯

习惯能成就一个人，也能够摧毁一个人

成功的习惯重在培养

##### 第二章 注重培养好习惯，开拓成功人生

###### 第一节 高效能人士的15个习惯

在行动前设定目标

培养重点思维的习惯

发现问题关键

要事第一

运用二八法则

向竞争对手学习

善于借助他人力量

换位思考

树立团队精神

责任重于一切

重在执行

把握关键细节

有效沟通

掌握工作与生活的平衡

高效地搜集并消化信息

善于集思广益、博采众议

善于授权

遇到困难找方法

###### 第二节 杰出员工的15个习惯

对重要文件和档案作备份

主动与领导沟通

比别人多做一点

勇于承认错误

与他人分享荣誉和工作成就

不告诉别人公司的秘密

不打越级报告

守时

不占公司的小便宜

不介入派系斗争

不抱怨额外的工作

工作场合注意自身形象

不找借口

工作不拖延

在工作中不断创新

### 第三节 赢得人脉的12个习惯

诚信待人

注重完善自己的人际关系网

与人为善

善于发现别人的优点

赞美的习惯

给别人说话的机会

善于发挥语言的作用

原谅他人的过错

在任何时候都留有余地

### 第四节 成就一生的15个习惯

相信你自己

不浪费每一分钱

珍惜每一分钟

独立自主的习惯

控制自己的情绪

正确对待压力

不满足于现状

不轻言放弃

耐得住寂寞

笑对失败

每天学一点东西

珍惜你所拥有的

不要忽视细节

不陷入忧虑的沼泽地

章节摘录

版权页：插图：对业务员而言，保持现状的接触点是指忠实的客户；改进情势的接触点是指已经努力争取了很长时间的新客户。

对中层管理者而言，保持现状的接触点是指他的直接领导；改进情势的接触点是指虽在偶然间相识，但能提供他一个进一步发挥才干和担任较重要工作的人。

你的重要接触点，不管看起来如何牢固，却不必期望长久保持，只有极少数的重要接触点可以长久保持。

你今天依赖的人也许明天就不存在了，也许是他们的情况变化了；也许是你的情况变化了；也许是你们彼此间的关系改变了。

衡量一种关系的好坏，其方法之一，就是看维持这种关系需要多少妥协。

凡属人际关系的维持，都不免需要几分妥协。

其中需要最少妥协的关系就是最好的关系。

你得盘算一下，为了保持某一重要接触点，你愿付出多大的代价。

如果需要太多的妥协或太大的代价，那还不如另觅他途！

在建立人际网络的时候，我们需要一套直接的、亲自的和持续的接触准则。

(1) 直接的接触。

就是指不用任何中间人的接触。

在事业上，有些事情你可以授权他人，但有些事你就不能授权。

与你的重要接触点保持联系，正是你不能授权他人的一项。

(2) 亲自的接触。

就是指手握手的接触，面对面的接触。

打电话也未尝不可，但面对面则更佳。

(3) 持续的接触。

就是指稳定的、持久的、不终止的接触。

与持续的接触相对的，是一曝十寒或偶尔为之的接触。

请你记住：忽略了你的重要接触点，实际上就等于浪费你的金钱，也等于浪费你的时间。

编辑推荐

《20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集(超值白金版)》心态主宰成败，性格决定命运，习惯影响一生。

好心态、好性格、好习惯是开启成功的密钥，而坏心态、坏性格、坏习惯则是向失败敞开的大门。成功与失败往往只是一线之隔。

每天注意保持好心态就是卓越的开始，每天注意炼成好性格就是领先的开端，每天注意养成好习惯就是成功的起步。

好心态、好性格、好习惯：20几岁年轻人拥有成功人生必备的三大法宝。

好心态幸福一生，好性格成就一生。

好习惯影响一生。

好心态，是20几岁年轻人获得成功人生的指南针。

好性格，是20几岁年轻人确定人生坐标的定位仪。

好习惯，是20几岁年轻人拥有幸福人生的加油站。

良好的心态、性格、习惯是人成功的必备要素。

20几岁的年轻人如何在激烈的竞争中生存立足、求得发展，与自身的心态、性格和习惯有着至关重要的联系。

在成功的路途中，它们相辅相成，缺一不可。

心态具有强大的力量，从里到外影响着一个人，决定着他的命运。

同一件事情，由具有不同心态的人去做。

其结果必会不同。

性格支配行为，有什么样的性格便会有什么样的行为。

好的性格是一个人取得成就的内在动力，并能在潜移默化中改变我们的人生轨迹。

习惯是人们生活中习以为常的行为举止，它具有左右人命运的神奇力量。

如果20几岁的年轻人想主宰自己的命运，那么先得学会做自己习惯的主人。

《20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集(超值白金版)》从人成功必备的三大法宝——好心态、好性格、好习惯入手，将动人的小故事与启人至深的哲理相结合，用睿智、生动的语言，向20几岁的年轻人诠释了心态、性格、习惯在人生中举足轻重的作用，并告诉他们如何改变消极的心态，拥有积极的心态；如何锻造良好的性格，用性格来改变命运；如何培养良好的习惯，开拓成功人生。

如果20几岁的年轻人将《20几岁要有的好心态好性格好习惯大全集(超值白金版)》讲述的方法付诸实践，充分运用自身的力量应对人生的一切险阻，就会真正成为自己命运的主人，改变生存的现状，创造崭新的生活，成就美满人生。

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>