

<<杰出青少年的七个习惯>>

图书基本信息

书名：<<杰出青少年的七个习惯>>

13位ISBN编号：9787500649083

10位ISBN编号：7500649088

出版时间：2003-03

出版时间：中国青年出版社

作者：（美）柯维

页数：360

译者：陈允明

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>

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 前言

欢迎，欢迎！

每一个拿起这本书的青少年都在走向杰出青少年的路上迈出了很大的一步，也会在训练自己成为杰出青少年的路上开始切实的实践。

恭喜你开始思考自己，开始阅读如何成为杰出青少年，并对自己进行训练，实施训练计划。

这是为你写的书，是在《杰出青少年的七个习惯》这本经典之作的基础上，给你提供培养杰出青少年七个习惯的方法的精英版本。

从阅读本书内容开始，你可以了解杰出青少年该拥有哪些习惯来改变自己的生活，当然，通过阅读，如果想要改变自己的生活，培养自己的习惯，你可以从每章后面的“幼童学步”开始，尝试刚刚学到的习惯。

照着做，你将获益匪浅。

接下来的一步是你自己的训练计划。

每章末尾都有“我的训练计划”部分，这是你自己独特的训练计划，你可以依据自己的实际情况进行填写，并努力实践。

当然，这个训练计划不必与别人相同，因为，这是你自己的训练计划。

相信你会通过阅读本书真正了解杰出青少年具有哪些习惯，并反思自己，然后实施你在本书协助下所制订的训练计划，培养自己真正具有这些习惯，从而改变自己的人生，成为精英。

如何从这本书中获得最大裨益给你几点提示，它会使阅读这本手册成为一段不寻常的经历。

作记号！

不要害怕拿出彩笔或记号笔，标出你想记住的内容。

可以在页边的空白随意写画。

针对自己的情况作笔记。

书本和练习册本来就是让人在上面写东西的。

想怎么用就怎么用吧，尽情寻乐。

写，写，写。

试着做做那些活动与练习。

写得越多，你的自我就会更多地显现。

你可能会惊讶地发现你自己从不知道的某些全新的方面。

找出你最喜欢的名言。

这本书中有不胜枚举的名人名言。

找出你最欣赏的，将它们抄下来，贴在你能看见的地方，如镜子或橱柜里。

将这七个习惯应用于“你的”日常生活当中。

别做书中劝诫你的事情：“要是我的朋友有这本书那该多好。

”或者“啊，这或许适用于我爸妈！

”相反，应该一心只想你能如何改进“你自己”，并且将这些忠告用以解决你自己的难题。

与他人交流心得。

与一个亲密朋友，或者父母、或者监护人、或者任何对你很特别的人讨论你最赞成的想法。

告诉他们你所作出的保证，以及你想如何实现改变，并寻求他们的帮助。

跳跃阅读。

你不必从头到尾依序阅读。

信手翻阅，想什么时候做那些活动就什么时候做。

这样反而会更有兴趣。

想想你希望学到什么最后，花几分钟浏览一下这本书，了解一下它的主旨概念。

现在，写下你个人的期望——根据以下的要点：读完这本书，我希望学到：我现在面临的<sup>最大</sup>困难是

：这本书可在以下几个方面帮我克服那个困难：愿你充分享受这次的旅行。

祝旅途愉快！

<<杰出青少年的七个习惯>>

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 内容概要

美国的强大是从培养杰出高效青少年开始的。

本书是一个密集的训练计划，在美国青少年中最具影响力，它直接影响着美国青少年的素质。

书中充满聪明的点子、伟大的格言和令人惊异的人生经验，对于年轻人来说，这是一本不可或缺的好书；对于青少年的父母、老师以及足以影响青少年的任何一位成年人来说，本书也是必备读物。

习惯成就性格，性格决定命运。

青少年时期短短几年，可以在叛逆中虚度光阴，也可以在习惯养成中成就未来。

肖恩·柯维以亲身经历，通过幽默风趣的文章，与青少年进行交流，通过生动的故事和漫画，帮助青少年突破“一般”的界限，从而出类拔萃。

本书自2003年出版以来，以其轻松幽默的文笔、丰富多彩的内容和生动风趣的漫画，吸引了无数读者，成为青少年渴求的、具有前瞻性的典藏之作，风靡全球，畅销至今。

本版是在《杰出青少年的七个习惯》这本经典之作的基础上，给你提供培养杰出青少年七个习惯的方法的精英版本。

这些方法具体可行，容易操作。

相信你会通过阅读本书真正了解杰出青少年具有哪些习惯，并反思自己，然后实施在本书协助下所制订的训练计划，培养自己真正地具有这些习惯，从而改变自己的人生，成为精英。

养成杰出青少年的七个习惯，成就孩子的辉煌未来！

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 作者简介

肖恩·柯维 (Sean Covey)，杨百翰大学英语学士，哈佛大学企管硕士。担任杨百翰大学美式足球校队的先发四分卫期间，领导球队两次夺得超级杯冠军，并曾被ESPN体育电视台两度选为最有价值球员。现任富兰克林柯维公司的零售商店副总裁。该公司为世界顶尖的时间与生活管理的权威之一。

加入富兰克林柯维公司之前，曾任职于迪洛特塔区顾问公司 (Deloitte & Touche Consulting Group)、特密尔克罗投资公司 (Tramell Crow Ventures) 和迪士尼公司。他是广受年轻团体与成人团体欢迎的演讲家。

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 书籍目录

#### 第一部分 准备就绪

##### 第一章 养成习惯

习惯不是造就你，就是毁掉你

我的训练计划

##### 第二章 思维定式和原则

你怎样看世界，你也就得到怎样的世界

我的训练计划

#### 第二部分 个人的成功

##### 第三章 个人银行账户

从镜子里的自己做起

我的训练计划

##### 第四章 习惯一：积极处世

我就是力量

我的训练计划

##### 第五章 习惯二：先定目标后有行动

把握自己的命运，不然别人就要来把握

我的训练计划

##### 第六章 习惯三：重要的事情要先做

抑制力和意志力

我的训练计划

#### 第三部分 公众领域中的成功

##### 第七章 关系银行账户

生活的组成要素

我的训练计划

##### 第八章 习惯四：双赢的想法

生活就像一顿各取所需的自助餐

我的训练计划

##### 第九章 习惯五：先理解别人，再争取别人理解自己

你有两只耳朵，却只有一张嘴

我的训练计划

##### 第十章 习惯六：协作增效

“高明”的方法

我的训练计划

#### 第四部分 恢复和更新

##### 第十一章 习惯七：磨刀不误砍柴工

该是“我自己的时间”了

我的训练计划

##### 第十二章 不要放弃希望

孩子，你能搬动大山

我的训练计划

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 章节摘录

美国的强大是从培养杰出高效青少年开始的。

本书是一个密集的训练计划，在美国青少年中最具影响力，它直接影响着美国青少年的素质。

书中充满聪明的点子、伟大的格言和令人惊异的人生经验，对于年轻人来说，这是一本不可或缺的好书；对于青少年的父母、老师以及足以影响青少年的任何一位成年人来说，本书也是必备读物。

谈到青少年的适应与成功，在美国本书是最重要的一本著作。

## <<杰出青少年的七个习惯>>

### 媒体关注与评论

“肖恩·柯维的《杰出青少年的七个习惯》是给予‘青少年心灵’的一份真正的礼物。无论你在生活中遇到什么难题，这本书都能给你带来希望、梦想和战胜挑战的力量。

”——杰克·坎菲尔德和金伯利·基贝尔格。

《青少年心灵鸡汤》的作者 “这本书易读易懂，有趣的故事贯穿全书。柯维讲述的在众人面前表演感到胆怯的亲身体验，让我感同身受，因为我是个小提琴手。我相信全世界的青少年也会有同样的感受。

”——艾米莉·井上，14岁 “肖恩·柯维对青少年说的话既风趣又发人深省。他为青少年勾勒出一幅通向成功未来的地图。

我大力推荐此书。

”——约翰·格雷，《男人来自火星，女人来自金星》的作者 “《杰出青少年的七个习惯》让你从新的视角去理解获得巨大成功的意义，它使我们懂得，为了实现梦想而拟定目标并坚定不移是非常重要的。

”——皮卡博·斯特里特，美国滑雪队队员，奥运会金牌得主 “什么？肖恩·柯维写书？

别开玩笑！

”——肖恩的高中英语教师 “肖恩给出了适用于一生的价值观和原则，早用早受益，青少年一旦采纳，就会丰富他们的生活，让他们受用长久——太棒了！

”——米克·香农，儿童奇迹网络公司董事长兼总裁 “读肖恩·柯维的《杰出青少年的七个习惯》如同橄榄球赛中的一次触地得分！

越早养成良好固定的习惯，生活的效率就越高。

这本书恰恰能帮助你做到这一点。

”——史蒂夫·扬，美国旧金山49人队橄榄球四分卫。

全国橄榄球联盟最有价值球员 “《杰出青少年的七个习惯》是现实生活的指南，能帮助青少年做到最好。

制定并写下自己的目标是我们能做到的最重要的事情之一。

将既定目标牢记在心，始终瞄准目标，锻炼坚持到底的耐力。

如果能做到这些，就能实现你制定的任何目标。

”——塔拉·利平斯基，美国花样滑冰冠军，1998年冬奥会金牌得主 “我们发现《杰出青少年的七个习惯》的时候，我的儿子已经21岁了；我们用这本书构筑了一种新的关系，一直持续到今天——已经7年了。

如果我们能让时光倒流，回到他15岁的时候，这本书能让我们免掉无法沟通、愁眉苦脸和挫败失意的6年。

嗨！

做父亲的，这本书是你的机会，也是你孩子们的机会！

”——克莱德·费斯勒，美国哈利-戴维森汽车公司商业开发副总经理 ……



<<杰出青少年的七个习惯>>

编辑推荐

<<杰出青少年的七个习惯>>

名人推荐

<<杰出青少年的七个习惯>>

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>