

<<青少年应该养成的36种好习惯>>

图书基本信息

书名：<<青少年应该养成的36种好习惯>>

13位ISBN编号：9787511001290

10位ISBN编号：7511001297

出版时间：2010-1

出版时间：海豚

作者：李晟

页数：278

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>

## <<青少年应该养成的36种好习惯>>

### 内容概要

习惯决定命运、好习惯会使人终生受益。

愿所有青少年朋友通过阅读本书，收获好习惯，培养好性格，拥有美好的人生。

本书从生活习惯、健康习惯、学习习惯、处世习惯等方面阐述了青少年养成良好习惯的重要性，并以生动例证介绍了培养这些习惯的具体做法，语言生动、活泼。

在阅读本书的过程中，你会发现生活中培养一个好习惯是多么简单易行。

<<青少年应该养成的36种好习惯>>

作者简介

## <<青少年应该养成的36种好习惯>>

### 书籍目录

好习惯1 培养自信乐观的习惯好习惯2 培养谦虚谨慎的习惯好习惯3 培养克服恐惧的习惯好习惯4 培养诚实守信的习惯好习惯5 培养自律自制的习惯好习惯6 培养勇于承认自己错误的习惯好习惯7 培养对自己行为负责的习惯好习惯8 培养独立自主的习惯好习惯9 养成早睡早起的习惯好习惯10 培养自我保护意识好习惯11 克服懒散的不良习惯好习惯12 培养坚韧执著的习惯好习惯13 培养敢于直面挑战的勇气好习惯14 培养志存高远的习惯好习惯15 培养在挫折中前进的习惯好习惯16 培养自控能力好习惯17 培养坚决远离各种不良诱惑的习惯好习惯18 培养摒弃逆反心理的习惯好习惯19 培养自我反省的习惯好习惯20 培养文明礼貌的习惯好习惯21 培养提升自己的优秀品质好习惯22 培养孝敬父母的习惯——百善孝为先好习惯23 培养和父母沟通的习惯好习惯24 培养勤俭节约的习惯好习惯25 培养勤奋努力的习惯好习惯26 培养珍惜时间的习惯好习惯27 培养设立目标和制订计划的习惯好习惯28 培养对拖延说“不”的习惯好习惯29 培养善于思考的习惯好习惯30 培养合群友善的习惯好习惯31 培养克服自我封闭的习惯好习惯32 培养摒弃自私的习惯好习惯33 培养热爱学习的习惯好习惯34 培养勤于实践的习惯好习惯35 培养做事认真的习惯好习惯36 培养乐于助人的习惯

## <<青少年应该养成的36种好习惯>>

### 章节摘录

好习惯1 培养自信乐观的习惯 一、告诉自己，我最棒！

每一个孩子都能成为非凡的人，每一个孩子的前景都应该是光明的。

一个人能否成才，一个重要的因素就是在他孩提时代是否能养成始终相信自己的习惯，正如著名宗教领袖马丁·路德金所说：“世界上所做的每一件事都是抱着希望而做成的。

”一个人如果没有自信，甚至在儿童时代就被自卑的阴影所笼罩，那就无法再提及日后的胜利了！

所以，青少年要养成的第一种习惯就是：始终相信自己是最棒的！

一位母亲问自己的孩子：“你认为自己在这次期末考试中能考到第一吗？

”孩子摇了摇头。

妈妈又问他：“你怎么知道自己不能？

”“我觉得自己不行，因为我还没有考到过前三名。

”他很沮丧。

妈妈笑了，摇了摇头对他说：“你行的，科学家曾做过这样一个实验。

他们把一只跳蚤放在一个玻璃杯中，这个杯子只有三寸高，然后在杯口盖上一块玻璃。

跳蚤习惯性地使劲一跳，头重重地撞在了坚硬的玻璃上。

当然，它不甘心失败，又跳了一次，它的头再一次被坚硬的玻璃碰得生疼，接下来，第三次，第四次，第五次……经过无数次的撞击后，这只跳蚤还在蹦跳，但它已不会再撞到玻璃了，当然，即使杯子上的玻璃拿走，它也跳不出玻璃杯，你说这究竟是为什么？

”

## <<青少年应该养成的36种好习惯>>

### 编辑推荐

《青少年应该养成的36种好习惯》编辑推荐：当代青少年素质教育优秀读本。  
播下一种行为，收获一种习惯，播下一种习惯，收获一种性格，播下一性格，收获一种命运。

<<青少年应该养成的36种好习惯>>

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>