# <<人一生要学会的100件事>>

#### 图书基本信息

书名: <<人一生要学会的100件事>>

13位ISBN编号: 9787538866445

10位ISBN编号: 7538866442

出版时间:2011-5

出版时间:黑龙江科技

作者:问道

页数:439

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

#### <<人一生要学会的100件事>>

#### 前言

每个人的生命都是有限的,但在这有限的生命中,很多人都没有认真思考过自己的生活。

人们忙碌着,却不知自己在忙什么,为什么而忙。

盲目地忙碌,盲目地生活,不知不觉,时间已经流逝。

因为盲目,所以茫然,不知道今天将怎样结束,明天将怎样继续。

他们不能很好地掌控生命中数不清的大事小事,反而被这些大事小事所牵制,现实的生活因此而显得本末倒置,人生的旅途因此而显得忙乱、局促。

你很可能就是这些人中的一员。

如果你只想做一个平庸的人,浑浑噩噩地过一生,如果你生活在一个慢节奏的时代,可以男耕女织自给自足地悠闲度日,那么所有的问题都将不复存在。

但现实的状况并非如此,我们生活在快节奏的现代社会,社会在向你要价值、老板在向你要效率、家庭在向你要生活的保障和品质。

生存的压力越来越大,个人的发展步履维艰。

是社会太残酷了吗?

是竞争太激烈了吗?

不是,我们已经生在了这个时代,这是任何人都无法改变的事实,无法改变大的环境,如若改变,就必须改变自己,更何况,在我们每个人的身体里,都流着强者的血液,整个人类就是在不断适应新环境的过程中,战胜了其他物种,在地球上生存下来,并成为万物的灵长。

我们作为人类的一员,应该秉承这种精神,主动适应环境,在适应的过程中成为强者,在环境的磨炼 中得以发展。

那么,我们要靠什么去适应,靠什么去发展呢?

靠从学校里学来的数理化、文史哲知识吗?

那只是极小的一个部分。

想要获得成功,想要得到幸福,还要靠智慧、靠能力、靠方法、靠经验。

有了这些,你就不会再盲目地忙碌,人生的目标和路径可以从此清晰起来;有了这些,你就能够不被 竞争压垮,轻松地走向成功;有了这些,你就可以不再孤独、痛苦,、生活的品质将会得到提升,幸 福和快乐也会接踵而来。

所以,为了实现梦想,成为举世瞩目的成功人士,为了得到幸福,成为健康快乐的聪明人,你必须继续学习,从生活中学习,从经验中学习,也从有益的书籍中学习。

《人一生要学会的100件事》就是这样一本对你的成功和幸福有所帮助的书。

本书精选了人生要学习的最重要的100件事,对其进行深刻剖析,让读者在经典的故事和精辟的讲述中重新认识和思考人生。

一方面,它从性格、情绪、心态、习惯、教育、形象、人脉、压力、机遇等方面引领你参悟人生的智慧,掌控生命中的关键问题,从这个角度讲,它是一本人生经验和智慧全集;另一方面,它从规划力、思考力、应变力、领导力、行动力、学习能力等方面帮助你培养关键能力,为成就事业、实现理想打好基础,从这个角度讲,它是一本能力提升手册;另外,它还从自身权益、防身之术、游历、娱乐、保健、婚姻、生活方式等方面向你介绍了人生要懂的事和必备的本领,从这个角度讲,它又是一本日常生活指南。

这100件事是思想的电光火石,是智慧的高度浓缩,是立身处世的法则,是生活求索的启迪。

如同夜空中的北极星为人指明方向一样,这100件事会给你迷茫的心灵带来安慰,为你平凡的命运 带来惊喜。

古人说: " 授人以鱼,只供一餐; 授人以渔,可享一生。

" 掌控自己的人生,实现自己的梦想,获得梦寐以求的幸福,没有固定、唯一的准则,但只要你掌握了本书所阐述的解决问题的原则与方法,便能以不变应万变,轻松应对任何问题。

本书的两大特点是可读性和实用性。

可读性表现在它既不像教材那样枯燥无味,又不像某些励志书那样用煽动性的语言吸引读者的眼球。

# <<人一生要学会的100件事>>

本书的语言平实而质朴,但又极其生动有趣,力求让读者在轻松的阅读中得到有益的启示。 实用性表现在对每一件要做的事,它都提供了做事的方法和可行性方案,这些方法讲述得十分具体细致,不会出现模棱两可的句子和模糊的表述,力求让读者在读书之后能真正掌握一些实用的方法和技巧。

我们衷心希望,本书介绍的100件事能够帮助你提高智慧、增长才干、完善人格,指引你打造一个 完美的人生。

#### <<人一生要学会的100件事>>

#### 内容概要

在竞争越来越激烈,生存的压力越来越大的现代社会,仅依靠从学校里学来的知识已很难适应发展的需要,要想获得真正的成功和幸福,还要靠智慧、靠能力、靠方法、靠经验。

问道等编著的《人一生要学会的100件事》深入剖析了人一生中要学会的具有重要意义的100件事,帮助读者重新认识和思考人生,从性格、情绪、心态、习惯、教育、形象、人脉、压力、机遇等方面引领你参悟人生的智慧,掌控生命中的关键问题;从规划力、思考力、应变力、领导力、行动力、学习能力等方面帮助你培养关键能力;从自身权益、防身之术、游历、娱乐、保健、婚姻、生活方式等方面向你介绍人生要懂得的事和必备的本领。

阅读《人一生要学会的100件事》,你将从中获得必要的智慧和经验,培养能力和本领,完善人格与品质,为成就事业、实现人生的成功与幸福打好坚实的基础。

#### <<人一生要学会的100件事>>

#### 书籍目录

第001件事 给自己的人生准确定位 第002件事 准确认识与评价自己 第003件事 拥有一项自己的强项 第004件事 选择你的职业 第005件事 让自己成为行业的佼佼者 第006件事 挖掘你的潜能宝库 第007件事 学习能力是一项重要的生存本领 第008件事 突破思维定式, 锻造你的创新力 第009件事 能抓住机遇 , 更能创造机遇 第010件事 能搜集并利用信息是成功的素质 第011件事 敏锐的判断力为成功保驾护航 第012件事 像成功者一样保持你的形象 第013件事 不断提升你的意志力 第014件事 历练你的人格魅力 第015件事 成功的人生从推销自己开始 第016件事 行动力为梦想创造可能 第017件事 想成功,先要学会结识成功人士 第018件事 与他人密切合作 第019件事 善于找到优秀的合作者 第020件事 掌握工作的高效之道 第021件事 培养自我反省的能力 第022件事 培养你的领导力 第023件事 打造你的影响力 第024件事 决策是门需要修炼的功课 第025件事 塑造你卓尔不群的气质 第026件事 网罗优秀的人才为自己做事 第027件事 学会知人善任 第028件事 编织自己的人脉网 第029件事 突破社交恐惧 , 大胆与人交往 第030件事 学会化解与他人的矛盾 第031件事 使自己能够察别人所不能察 第032件事 读懂你周围的人 第033件事 掌握和朋友的相处之道 第034件事 为自己赢得好人缘 第035件事 把握和上司相处的分寸 第036件事 拒绝他人一定要讲求艺术 第037件事 在小事情上学会"糊涂"处理 第038件事 学会倾听 第039件事 让别人轻松接受你的建议 第040件事 巧妙应付难缠的人 第041件事 保护自己的隐私 第042件事 应酬是人生必不可少的生存方式

第043件事 懂得请人办事的窍门

第045件事 建立自己的信用账户

第044件事 为了生存,要学会与人竞争

第046件事 学会整合你的有限资源	
第047件事 创造属于你的事业	
第048件事 管理好你的一天24小时	
第049件事 善于从反对意见中窥见有价值的东	:西
第050件事 多读书不如会读书	
第051件事 向行业领先者学习经验	
第052件事 学习经验。	
更要学会鉴别经验	
第053件事 培养自己独立思考的能力	
第054件事 学会从挫折中吸取教训	
第055件事 善于预见、规避问题	
第056件事 学会变通,不要一条路走到黑	
第057件事 适时隐匿锋芒,伺机而动	
第058件事 谨言慎行,谨防祸从口出	
第059件事 应变能力帮助你突出重围	
第060件事 要学习知识,更要运用知识	
第061件事 做事前制订明确而现实的计划	
第062件事 学会应景穿衣的智慧	
第063件事 客观看待理想与现实的距离	
第064件事 做正确的事比正确地做事更重要	
第065件事 提高你的情商指数	
第066件事 管理好你的情绪	
第067件事 自律是种重要的能力	
第068件事 学习从多角度把握问题	
第069件事 巧妙地化解压力	
第070件事 提高时间的利用率	
第071件事 学会取舍,生命之舟不可超载	
第072件事 做事情不可忽视小细节	
第073件事 控制自己不合理的欲望	
第074件事 做自己的家庭保健医生	
第075件事 寻找适合自己的生活方式	
第076件事 学会平衡你的生活与工作	
第077件事 尽快适应一个新环境	
第078件事 保持你探索未知世界的好奇心	
第079件事 正确处理爱情和事业的关系	
第080件事 科学理财,理性消费	
第081件事 让智慧为投资把脉	
第082件事 熟练掌握几种实用公文写作方法	
第083件事 外语是打开另外一道成功大门的钥	!!
第084件事 精通行之有效的社交礼仪	, ~
第085件事 掌握当众讲话的技巧	
第086件事 行走社会,总要学一点防身之术	
第087件事 巧妙捍卫自己的利益	
第088件事 了解一些必要的野外生存知识	
第089件事 对突发性灾难有自救能力	
第090件事 至少掌握一种娱乐项目	

第091件事 在游历中开阔你的视野

## <<人一生要学会的100件事>>

第092件事 拥有一种有益的终身爱好

第093件事 挑选一个合适的人做你的终身伴侣

第094件事 妥善处理婚姻危机

第095件事 在平凡的生活中制造一点浪漫情趣

第096件事 言传身教,培养一个品质优秀的孩子

第097件事 及时向你的家人表达情意

第098件事 处理好家庭内部亲属关系

第099件事 保证性安全通道畅通无阻

第100件事 注重健康细节,缔造幸福生活

#### <<人一生要学会的100件事>>

#### 章节摘录

"我是谁?

"我们会经常这样问自己,许多人的答案都是一个大大的问号。

随着科学技术的日益发展,我们不断地了解未知世界,可我们对自身的探索却始终停滞不前。

只有了解自己,才能认识整个世界,才能接受世间的一切。

人是必须认识自己的,这是我们获得成功的第一黄金定律。

只有正确认识自己,我们才能正确规划自己的人生。

任何一位成功者,必定对自己有一个清醒而正确的认识。

谁若认不清自己,谁就必将成为一个失败者。

建立正确的"自我观""自我实现",即"自我观",是决定人们各自行为方式的重要因素。

每个人,无论是聪明或愚蠢,贤良或奸诈,他的表现都是与其当时的"自我观"相符的。

没有人会去做一件在当时他认为与自己的身份、年龄、性别、能力以及他本身任何一方面不相宜的事情。

就像穿衣服,你会选择和你的年龄、职业相称的服装,讲话时会选择和自己身份相称的词句,甚至外 出吃饭也会选择与自己的经济能力相称的场所。

总而言之,每个人都会依照他的自我观点,来决定哪些事可以做,哪些不可以做,或是该怎样去做好 一件事情。

因此别人也就能够根据他通常所表现的行为,对他有所了解和认识。

如果某一个人对于自己各方面的印象,都和实际情况颇为接近,也就是说,他有着比较正确的"自我观",那么他所表现的行为自然会适当得体。

相反如果一个人没有正确的"自我观",就不能很清楚地表现自己独特的一面,而只是成为人群中的一分子,这个人的个人形象明显存在缺憾。

缺乏"自我观"的人很难有引人注意的特质,当然更谈不上成功了。

当一个人具备了正确的"自我观"时,他至少成功了一半。

如果没有正确的" 自我观 ",也就没有了自己的生活方式、思考方式,就会无法自我定位,别人一提 意见,就会无所适从,惊慌失措。

不同的人有不同的生活方式,别人的人生与自己的人生自然是不同的。

自己的人生,掌握在自己的手中,是"辉煌的传奇"还是"人生的悲剧",全是自己的问题。 你没有必要努力想达到某个所谓的标准。

" 自我观 " 决定生活方式,形成正确自我观的人已决定了自己的生活方式,就不会在意别人的目光。 认清自己,扬长避短客观地认识自己当然是困难的,然而作为一个想做一番事业的人,对自己先 要有个正确的认识,是一个起码的要求。

你可能解不出那样多的数学难题,或记不住那样多的外文单词,但你在处理事务方面却有特殊的本领,能知人善任、排忧解难,有高超的组织能力;你在物理和化学方面也许差一些,但写小说、诗歌是能手;也许你分辨音律的能力不行,但有一双极其灵巧的手;也许你连一张桌子也画不像,但有一副动人的歌喉;也许你不善于下棋,但有过人的臂力。

在认识到自己长处的前提下,如果你能扬长避短,认准目标,抓紧时间把一件工作或一门学问刻苦、 认真地做下去,久而久之,自然会结出丰硕的成果。

综观古今中外,凡是事业上取得成就的人,都有一个共同的特点,那就是做最适合自己的事。

现代人才学发现,人至少有146种类型的才能,而现在的考试制度只能发现其中的41种,人的大部分才能并未能很好地被开发和利用。

人的潜能如同在地下的石油,只有发现它,把它开采出来,它才能发光发热。

即使是那些看起来很笨的人,也许在某些特定的方面会具有杰出的才能。

比如,柯南道尔作为医生并不出名,写小说却名扬天下。

每个人都有自己的特长,都有自己特定的天赋与素质。

如果你选对了符合自己特长的努力目标,就能够成功;如果你没有选对符合自己特长的努力目标,就

#### <<人一生要学会的100件事>>

会埋没自己。

很多人的成功,首先得益于他们充分了解自己的长处,根据自己的特长来进行定位。 如果不充分了解自己的长处,只凭自己一时的兴趣和想法,那么定位就很不准确,有很大的盲目性。 比如歌德就一度没能充分了解自己的长处,树立了当画家的错误志向,害得他浪费了10多年的光阴, 为此他非常后悔。

对于科学人才来说,也有许多自我埋没的现象。

爱因斯坦大学时的老师佩尔内教授有一次严肃地对他说:"你在工作中不缺少热心和好意,但是缺乏能力。

你为什么不学医、不学法律或哲学而要学物理呢?

"幸亏爱因斯坦深知自己在理论物理学方面有足够的才能,没有听教授的话。

否则,也许我们的物理科学就不会像今天这样了。

行业不同,需要的素质与才能也不同。

比如,做一个杰出的临床医生,必须具有很好的记忆力;研究理论物理学,抽象思维能力不可少;一 个演员必须要有很好的模仿能力和表现欲。

每个人的兴趣、才能、素质也是不同的。

如果你不了解这一点,没能把自己的所长利用起来,你所从事的行业需要的素质和才能正是你所缺乏 的,那么,你将会自我埋没。

反之,如果你有自知之明,善于设计自己,从事你最擅长的工作,你就会获得成功。

正确认识和评价自己的途径 对每个人来说,要想完全了解自己,并不是一件容易的事情。

人的一些复杂的品质,目前还没有办法或工具可以直接度量的。

于是人们就得经常利用间接的方式来获得一些对自己的印象。

而最普遍的方式,就是利用实际的工作成绩,利用自己与别人相比较的结果,把自己同某个理想的标准相比较,或是根据别人对自己的态度等来进行推断。

1.在比较中认识自我 要想了解自己,与别人相比较,是一种最简便、有效的途径。

每当我们需要知道"我在某方面的情况怎样"时,就很自然地使用这种方法,去判断自己的位置与形象。

我们除了要不时和周围的人相比较之外,还会经常与某些理想的标准相比较。

从父母、老师以及各种传播渠道,我们获得了大量的知识与价值观念,并由此融合而成了若干的理想与模范标准。

我们知道了很多名人或成功者的事迹,并被教导要以他们为榜样。

也就是说,把他们作为比较的对象,以自己能否达到跟他们同样的标准作为衡量成功或失败的尺度。 这种现象在我们的日常生活当中屡见不鲜。

与别人相比较的方法虽然简便,但称不上十分理想。

只要我们仔细地观察一下,就不难发现它的缺点。

首先应该指出的,就是人们很难在真正公平的情况下互相比较。

通常人们会认为,同在一个班级的学生,由同一位教师教导,用同样的题目考试,计分标准也没有差 别,应该算是公平的了。

但是如果我们再认真地分析一下,每一个班级里的学生之间,无论在健康状况、智力水平、家庭环境、个人经历等各个方面都存在差别,有的甚至差别很大,因而学习的成绩必将有所差异。

那么这时互相比较的结果,是否完全合理呢?

和理想的标准相比较的方法也是常见的,而且极富教育意义。

历史上有许多贤哲、英雄、伟人都是足以为后世所效仿、奉为典范的。

不过一般人不会注意到那些伟人贤哲最值得后人效仿的,乃是他们做人的准则、处世的态度、认真治学及做事的精神、不屈服于困难或逆境的勇气等。

这恰恰是大家都可以学,也是应当学习的。

至于先贤们的丰功伟业,在某一方面的卓越成就,那是历史上的重要事实,不一定是每人所必做到的

0

#### <<人一生要学会的100件事>>

2.从人际态度中反馈自我 一个人总是需要跟别人交往、共处的。

因而别人对你的态度,相当于一面镜子,你可以从中观测到自身的一些情况。

比如某人若是被父母所钟爱,被师长所重视,被朋友所尊重和喜爱,大家都乐于和他交往,愿意和他一起工作或生活,那就表示他一定具备某些令人喜爱的品质。

如果他经常被大家推举承担某项工作,或是经常成为周围人们请教的对象,则表明他具备某些才能, 或是在某些方面超越了其他的人。

反之,如果一个人不被周围的人所重视和喜爱,甚至大家对他有厌恶感,不喜欢与他一起工作或参与 其他活动,这虽不足以说明此人满身缺点,但通常情况下,他应当会感到不安,而不得不自我反省一 下了。

我们因为看不见自己的面貌,就得照镜子;同样,我们无法准确地衡量自己的人格品质和行为时 ,就得利用别人对我们的态度和反应,来进行自我判断。

一般说来,当对方与自己的关系愈密切时,他的态度也愈有影响力。

由别人的态度反映出来的自我印象,有时也难免被有意歪曲或夸张。

由于对方的偏见或是缺乏了解,使其在赞美或批评时,常常与当事者本身情况不尽相符。

如果单纯据此来建立自我印象,自然是不适宜的。

当然,这个缺点还是可以弥补的。

有缺陷的镜子终究不占多数,如果能多用几面镜子,总是可以看清自己的。

同样,有成见的人毕竟是有限的,如果我们能多多与人交往,看看多数人对自己的反应,一般情况下 ,应该是有助于自我了解的。

3.用实际成果检验自我 除了根据别人对自己的态度,以及与别人相比较的结果之外,我们还可以凭借本身实际工作的成果来评定自己。

由于这种方法有比较客观的事实作为依据,所以通常因此而建立的自我印象也是比较正确的。

这里所指的工作是广义的,并不仅限于学业或生产性的行为。

由于每个人所具有才能的性质互不相同,如果只是看他们在少数项目上的成就,往往不能全面地衡量 一个人的能力与作用。

有些时候,一部分人的某些才能或许因得不到施展的机会而被埋没。

• • • • •

## <<人一生要学会的100件事>>

#### 编辑推荐

生活在快节奏的时代,社会在向你要价值、老板在向你要效率、家庭在向你要生活的保障和品质 , 生存的压力越来越大,从学校里学来的知识已很难满足需要。

我们靠什么去适应,去发展呢?

问道等编著的《人一生要学会的100件事》深入剖析了人一生中要学会的具有重要意义的100件事,帮助读者重新认识和思考人生。

希望,《人一生要学会的100件事》介绍的100件事能够帮助你提高智慧、增长才干、完善人格,指引你打造一个完美的人生。

人一生中,除了学校里教授的知识和专业技能外,还有许多事情是必须学习的。

这些事情关系着整个人生的大局,从中你能获得必要的人生智慧和经验,培养能力和本领,完善人格 和品质。

有了这些,你才能真正适应现实社会,在激烈的生存竞争中找到自己的正确方向,获得人生的成功与 幸福。

# <<人一生要学会的100件事>>

#### 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