

别让坏习惯左右你



[别让坏习惯左右你](#) [下载链接1](#)

著者:孙三宝

出版者:北京工业大学出版社

出版时间:2007-2

装帧:

isbn:9787563917303

在现实生活中，我们都是习惯的产物，我们谁不是遵从着某种习惯来生活的呢？有的人

习惯“黎明既起，洒扫庭院”，而有的人则习惯睡懒觉；有的人十分注意自己的衣着整洁，有的人则大大咧咧，不修边幅；有的人对人说话谦恭有礼，有的人则高声大嗓、唾星四溅；有的人做事井井有条，有的人则手忙脚乱；有的人总是乐观地看待一切，有的人遇到一点儿小事，就会愁眉不展；有的人节俭，有的人铺张；有的人多话，有的人寡言，如此等等，不一而举。

在当今社会，经济发展，人们的生活内容更加多样，所承受的压力也在增大。在这种情况下，人们的“习惯病”也增加了许多“新花样”，比如，酗酒和吸烟，已蔓延到女性和孩子中间；电子游戏，成为许多青少年陷入其中不能自拔的“习惯病”；泡在网上聊天在不少人中成瘾等。

或许，我们身上也有某些自己不喜欢的习惯，而且一直想把它改掉，因此，我们需要花点时间来探讨形成习惯的原因是什么。当你细细读完本书，你就会从另一个侧面更加清晰地了解自己，明白原来正是一些坏习惯才使你至今没有获得成功。

作者介绍:

目录:

[别让坏习惯左右你](#) [下载链接1](#)

标签

坏习惯

励志

成功阻碍

人生

评论

人皆有不完美之处,而有主动改变的总是又太少.所以这种带有些"行为准则"的意味的书,总是有销路的;因为有太多的人幻想只用一本书就改变自己.

要高效利用此书，还需要静下心来，想想自己性格中的好坏，举一而反三，见不贤而内自省，则此书真的很有启发意义，当然，想要改变，就必须做到哪些要求。

典型的天朝八股文的说明方式...

这书除了礼仪部分就像是为我度身定做的，作者说明的这78个坏习惯确实是每一个都应该摒弃的，作者善用实例，条理清晰的说服方式非常有效，推荐。

还行！！！！

[别让坏习惯左右你 下载链接1](#)

书评

[别让坏习惯左右你 下载链接1](#)