

一生应掌握的生存本领



[一生应掌握的生存本领_下载链接1](#)

著者:张铁成

出版者:新世界出版社

出版时间:2007-8

装帧:

isbn:9787802284050

本书通过讲述故事、解析道理、心理测试等，阐发了许多人生哲理。它告诉读者，为了

获得成功，成为强者，应该采取哪些方法，应该具备何种素质和本领。掌握了这些生存本领，可以使你在现实生活中如鱼得水。在身陷困境中出奇制胜；在事业不顺时心想事成；在人生的成长中，拥有属于自己的人生、属于自己的光环！

作者介绍:

目录: 第一章 人际交往的技能和标准 1. 诚实是交往的第一准则
2. 美的语言是一种财富 3. 注重自己的礼貌行为 4. 学会待人接物
5. 从小就善待身边所有的人 6. 串门是走上社会的第一步
7. 集体活动是增长交往技能的好途径 8. 合作是为了生存 9. 避免打断别人谈话
10. 不要忘记道歉 11. 公交车上的举止体现着我们的修养
12. 餐厅礼仪是我们不可或缺的修养 13. 规矩是一种生活秩序 14. 让我们当一次领导
15. 尊重长辈 16. 让我们在长辈面前展现自己 第二章 自律自制是一切美德的基石
1. 注意力可以由自己培养 2. 制定管理自己的对策 3. 愿望的实现来自等待和忍耐
4. 控制自己的情绪 5. 对父母的拒绝给予充分理解 6. 抛掉任性 第三章
良好的交流和沟通在于语言能力 1. 羞怯感是讲话的第一阻碍
2. 面对众人是敢于讲话的第一步 3. 辩论赛提供语言的发挥天地
4. 选择恰当的时机讲话 5. 说话还要看对象 6. 诙谐幽默让语言生辉
7. 培养语言能力的简单方法 第四章 学会制定目标 1. 制定目标 2. 分大目标为小步骤
3. 寻找自己的兴趣 4. 制造成功的机会 5. 不想当将军的士兵不是好士兵
6. 认识杨利伟 7. 到博物馆激发远大理想 第五章 机遇永远属于时刻准备着的人
1. 学会寻找机会 2. 珍惜每一次机会 3. 有效利用本身的优势 4. 为自己创造机会
5. 学会审时度势 第六章 培养良好的竞争意识
1. 独立生活能力是生存与发展的基本能力 2. 承担责任是成长的第一步
3. 学着自己做决定 4. 学会安排自己的时间 5. 在假期去打工 6. 参加一些竞赛活动
7. 诸事皆通不如一技之长 第七章 要有突破与创新的精神和勇气 1. 破除思维定式
2. 扩展思维视角 3. 了解周围的事 4. 有意地锻炼自己的胆量 5. 远离恐惧
6. 创造一个宽松的环境 7. 要学会生存必须敢于尝试 第八章
只有经历失败才能更好地成功 1. 天欲降大任，必先苦其心志 2. 分析每次失败的原因
3. 激励增强自信 4. 锻造恒心和毅力 第九章 要具备立即行动和持久的执行力
1. 立即行动：说了就要去做 2. 为人处世须躬行 3. 临渊羡鱼，不如退而结网
4. 用行动来激励自己 5. 一分耕耘，一分收获 第十章 正确的心态是人生成功的关键
1. 树立正确的价值观 2. 让微笑始终挂在脸上 3. 从容对待成败 4. 给自己一个好感觉
5. 学会排解生存的压力 6. 别在攀比中走向虚荣和自卑 第十一章 从细节中积累成功
1. 重视周围的小事 2. 从整理自己的房间开始 3. 练就一双好眼力
4. 懂得约束自己 第十二章 习惯左右自己的人生 1. 卫生习惯不可小视
2. 坚持中锻炼的不止是身体 3. 读书的好习惯 4. 饮食之中有讲究
5. 生活习惯无小事 第十三章 学会选择与放弃 1. 放弃和坚持都是一种选择
2. 学会自己选择 3. 选择性地去交朋友 4. 着眼长远。放弃一时小利 第十四章
成功理财 1. 树立正确的金钱观 2. 要知道金钱的来源 3. 积少方能成多
4. 钱应花在点儿上 5. 理财容易犯的二十个错误 6. 理财能力的训练原则和方法
· · · · · (收起)

[一生应掌握的生存本领 下载链接1](#)

标签

评论

[一生应掌握的生存本领_下载链接1](#)

书评

[一生应掌握的生存本领_下载链接1](#)