

好命不如好习惯



[好命不如好习惯_下载链接1](#)

著者:张岱之

出版者:凤凰

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787807296560

《好命不如好习惯》介绍了，怎样用好习惯来代替坏习惯的方法，另外还有建立好习惯的一些实用技巧。我们要时刻记住：让良性习惯进入潜意识，只有这样，我们才会不自

觉地追随指向成功的那个导航器。进而迈向成功。

好习惯可以让人产生一种不可思议的力量，当然对于坏习惯来说也是同样如此，坏习惯会给人一种坏的力量。习惯并不是一时就可以养成的，它是长时间在一个人的生活中经常出现而形成的。想要改变某种习惯并不是易事，因为每一种习惯都像一棵根深蒂固的大树一样，想改变，需要坚持和恒心的力量来支援。

作者介绍:

张岱之

1956年生，经济学学士、企业管理硕士

历任数家上市公司业务经理、人事部门负责人

现任某大型企业人力开发处处长

长期考察企业兴衰，尤其擅长企业专才的培训

著有《习惯的力量》、《主管必修的17堂激励课》

目录: 第一部分 在行为决定习惯之前，让习惯做主 第1章 为自己的未来，改善习惯
●你是谁? ●评价自己 ●用习惯克服习惯 ●坏习惯在潜意识中改掉 ●聚集的力量
●让改善习惯成为惯性 ●百尺高台，起于垒土 ●坚韧——成功的关键 第2章
习惯的力量 ●不断“更新”自己的习惯 ●习惯的另一种说法——倾向 第3章
成功来自习惯 ●成功者的共同点 ●有好习惯才会聪明 ●你有天赋吗?
●良好的人际关系 ●改变习惯 第4章 实现自己的梦想 ●天天挑战自己
●想要成功就要付出牺牲 第二部分 对习惯进行改善 第5章 改善习惯的好帮手
●制定目标，坚持不懈 ●记下自己的每一个脚印 ●支持别人才能得到别人的支持
●永远不能低估任何人或任何事 第6章 想要今天还是明天 ●从今天做起
●不要依赖明天 ●成功的前提——行动
· · · · · (收起)

[好命不如好习惯_下载链接1](#)

标签

生活

评论

[好命不如好习惯_下载链接1](#)

书评

[好命不如好习惯_下载链接1](#)