

# 让孩子养成受益一生的好性格



[让孩子养成受益一生的好性格\\_下载链接1](#)

著者:徐先玲

出版者:河南人民

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787215071209

《让孩子养成受益一生的好性格》所选文章构思精巧，思想精深、特色鲜明、隽永优美

、视野开阔、趣味性强、启迪心智、激励广大青少年要志存高远、立大志、立长志、成大才、成大业。它是激励青少年成才不可多得的佳作。

《让孩子养成受益一生的好性格》为该系列之一《让孩子养成受益一生的好性格》，书中具体包括了：了解性格的基本概念、适度培养外向型性格、培养谦虚谨慎的性格等几部分内容。

作者介绍：

目录:第一章

了解性格的基本概念  
1. 性格是什么  
2. 良好的性格是事业取得成功的保证  
3. 性格的结构  
4. 性格的表现  
5. 性格健康的特征  
6. 性格是怎样形成的  
7. 如何确定自己的性格类型  
8. 培养健康性格须遵循一定的规律  
9. 自我性格培养的主要途径  
10. 实现性格优化发展的方法

第二章

树立起真正的自信心  
1. 一个人越自信，他的性格越迷人  
2. 学会准确地进行自我认定  
3. 学会在内心肯定自己  
4. 充分信任自己的能力  
5. 对自己要做肯定的评价  
6. 认识和了解自卑  
7. 自卑感形成的条件  
8. 消除自惭形秽的感觉  
9. 有效克服自卑的方法  
10. 培养自信心的有效方法

第三章

适度培养外向型性格  
1. 性格外向的人更容易生存  
2. 极端内向的人影响事业的发展  
3. 外向型的人如何克服说话太多的缺陷  
4. 主动交往，摆脱孤独的折磨  
5. 战胜羞怯  
6. 如何避免成为性格过于内向的人  
7. 克服支配欲

第四章

培养谦虚谨慎的性格  
1. 谦虚谨慎：人生第一美德  
2. 刚愎与冲动：愚蠢的明证  
3. 决不能陷于骄傲的泥沼中  
4. 正确认识谦虚  
5. 如何克服以自我为中心的缺陷  
6. 如何培养谦虚谨慎的性格

第五章

培养开朗乐观的性格  
1. 积极乐观创造奇迹  
2. 打破内心消极的念头  
3. 以热诚的态度对待生活  
4. 坦然接受不可改变的现实  
5. 摆脱抑郁的建议  
6. 不快乐的原因  
7. 不要为自己的快乐制定条件  
8. 如何使自己变得乐观  
9. 强化进取精神

第六章

培养冷静、沉着的性格  
1. 冷静是一种智慧  
2. 性子急躁的人容易失败  
3. 善于约束自己  
4. 控制自己的情绪化行为  
5. 学会控制自己的情绪  
6. 让浮躁的心趋于平静  
7. 如何克服急躁情绪  
8. 不要为一些琐碎的小事生气  
9. 如何克服急躁的性格

第七章

培养认真仔细的性格  
1. 认真仔细是一种良好的习惯  
2. 心细有时比胆大更重要  
3. 如何改变粗心大意的毛病  
4. 培养认真仔细的性格和学习态度  
5. 克服马虎随便的性格  
6. 养成关注细节的习惯

第八章

培养果断的性格  
1. 果断型性格的人易赢得机会  
2. 关键时刻作出正确的决断  
3. 学会当机立断  
4. 如何改变优柔寡断的性格  
5. 拖拉使人毫无作为  
6. 如何克服拖拉的毛病  
7. 如何克服懒惰的不良性格  
8. 如何培养果敢、决断的性格

第九章

培养豁达宽容的性格  
1. 宽容是一种博大的胸怀  
2. 宽容豁达具有巨大的力量  
3. 宽容别人就是解脱自己  
4. 理解他人  
5. 如何纠正心胸狭隘的心理  
6. 别为小事结下一生的死结  
7. 嫉妒具有极大的分化力量  
8. 哪些人具有嫉妒的性格  
9. 克服消极嫉妒心理的方法

第十章

培养勇敢和敢于冒险的性格  
1. 敢于冒险是强者的标志  
2. 胆怯者只能平庸生活  
3. 不敢冒险者的性格特征  
4. 恰当的冒险不是蛮干  
5. 剔除害怕冒险的心理障碍  
6. 战胜不健康的恐惧心理  
7. 勇敢是成功的核心品质  
8. 勇敢地面对挫折  
9. 如何培养青少年勇敢的性格

第十一章

培养坚强执著的性格  
1. 秉性坚韧是成功的保证  
2. 坚强的意志是人格健全的重要标志  
3. 天才就是具有超常的耐心  
4. 选择坚持，放弃悲伤  
5. 失败并不可怕  
6. 培养顽强执著的性格  
7. 如何培养顽强执著的意志品质  
8. 培养青少年对挫折的承受能力  
9. 如何培养坚韧的性格

· · · · · (收起)

[让孩子养成受益一生的好性格](#) [下载链接1](#)

[标签](#)

[评论](#)

---

[让孩子养成受益一生的好性格\\_下载链接1](#)

[书评](#)

---

[让孩子养成受益一生的好性格\\_下载链接1](#)