

# 《一生要培养的优秀品格》

## 图书基本信息

书名：《一生要培养的优秀品格》

13位ISBN编号：9787510438226

10位ISBN编号：7510438225

出版时间：2013-2

出版社：张俊杰 新世界出版社 (2013-02出版)

作者：张俊杰

页数：182

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《一生要培养的优秀品格》

## 前言

究竟是什么左右着个人一生的成功、幸福、快乐？我们完全可以用勤奋、执著、豁达来解释，但是如果归结为一点，那就是“品格决定命运”。翻开古今中外浩瀚的历史长卷，那些可歌可泣、名垂史册的风云人物，无不因为其优秀的品格而给我们留下深刻印象。尽管有的人运筹帷幄、决胜千里，有的人具有治国安邦的智慧和才华，但是他们能够迎接挑战、战胜困难、创造历史、走向成功，都是自身独特的品格使然。韩信遭受胯下之辱，日后却成为一代名将，离不开他坚韧的品格；勾践卧薪尝胆从头再来，最终成就一番伟业，离不开他永不言败的品格。品格与我们的气质、智力、情感、意志有密切关系。品格固然与先天气质有关，但更离不开后天培养与环境塑造。人生世事无常，悲欢离合、喜怒哀乐，都等待着我们去经历和体验。因此，在学习、交友、家庭、工作、交际等方面培养积极、良好的品格，可以使我们在人生中从容不迫、获得成功，乃至在关键时刻改写自己的命运。在此，我们为大家汇集了影响人生走向的优秀品格，既进行层层剖析，又提供必要的行动指南，希望为年轻朋友的成长提供有益的帮助，开启一生的品格培养计划，早日走向成功。对那些渴望改变人生的朋友来说，也可以从中获得借鉴和启发，开创一种全新的人生境界。

# 《一生要培养的优秀品格》

## 内容概要

本书汇集了影响人生走向的优秀品格，既进行层层剖析，又提供必要的行动指南。主要分为：学习篇、交友篇、爱情篇、家庭篇、社交篇、工作篇、成功篇、事业篇和生活篇。

# 《一生要培养的优秀品格》

## 书籍目录

学习篇培养讲求效率的品格培养做事精通的品格培养严于律己的品格培养对夸耀保持戒心的品格培养  
世事洞明的品格培养刻苦钻研的品格培养学以致用用的品格培养从实践中学习的品格培养创新的品格培  
养从成败中学习的品格培养从沟通中学习的品格交友篇培养热情待友的品格培养为人耿直的品格培养  
和蔼可亲的品格培养心胸坦荡的品格培养有气节的品格培养坚持正义的品格培养善待他人的品格培养  
待人稳重的品格培养内敛不夸张的品格培养善于忘却的品格培养吃亏是福的品格培养不信谗言的品格  
爱情篇培养无私奉献的品格培养懂得矜持的品格培养勇敢表白的品格培养克制占有欲的品格培养远离  
沮丧的品格培养懂得自重的品格培养克服羞怯的品格培养为对方负责的品格培养彼此忠诚的品格培养  
适时放手的品格家庭篇培养孝顺的品格培养追求家庭和谐的品格培养替家人着想的品格培养充满爱心  
的品格培养具有家庭责任感的品格培养保持好心情的品格培养不怨天尤人的品格培养民主决策的品格  
培养居安思危的品格社交篇培养为人豪爽的品格培养开朗豁达的品格培养尊重对方的品格培养消除自  
卑的品格培养以德报怨的品格培养打开心扉的品格培养善于表达的品格培养宽以待人的品格培养敢作  
敢当的品格培养增加亲和力的品格培养从大局出发的品格工作篇培养冷静理智的品格培养谦虚谨慎的  
品格培养有羞耻心的品格培养不妒贤嫉能的品格培养真诚恳切的品格培养超越自我的品格培养不坐享  
其成的品格培养做事无大小的品格培养灵活应变韵品格培养因事制宜的品格培养大胆尝试的品格培养  
与人合作的品格成功篇培养积极乐观的品格培养忍耐的品格培养开放的品格培养坚韧的品格培养勇往  
直前的品格培养必胜的品格培养胸怀大志的品格培养主宰自己命运的品格培养辩证看得失的品格培养  
持之以恒的品格培养未雨绸缪的品格事业篇培养三思而后行的品格培养自强坚毅的品格培养做事果  
断的品格培养勇敢面对现实的品格培养坚持信仰的品格培养不偏不倚的品格培养冷静处事的品格培养  
对未来充满希望的品格培养善待自己过失的品格生活篇培养一切向前看的品格培养善待自己的品格培  
养享受寂寞的品格培养难得糊涂的品格培养勤俭的品格培养感恩的品格培养保持平常心的品格培养有  
所有所不为的品格培养对命运说“不”的品格培养让生活保鲜的品格培养知足常乐的品格

# 《一生要培养的优秀品格》

## 章节摘录

**培养讲求效率的品格 品格解读** 学习是一个任务繁重的脑力劳动过程，处理各种信息、掌握新的知识，都需要我们在短时间内做到最好，这就是讲求学习效率的问题。在竞争激烈的时代，效率赢得时间和成功，代表着胜利与进步。只有追求高效率的学习过程，才能适应未来快节奏的社会，勇敢面对各种挑战。如何学习？怎样学习？这是我们学习成败的关键所在。通常的做法是：上课时间一定要抓紧，平时不逃课，认真听讲，清楚今天要讲什么内容……在做完这些基础性的准备工作后，我们的学习过程会变得轻松许多。事实上，每个人在学习过程中都积累了自己独特的学习经验，它帮助我们在有效的时间内掌握必要的知识，是高效学习的好方法。但是，在升入新的年级、学习一门新功课的时候，我们应善于摸索出新的学习方法。高效地掌握新知识。此外，每个人在学习中都会有一个状态起伏期。经历了一段高效率的学习后，我们会变得情绪低落，原来的积极性减弱。这也需要我们根据实际状况提高学习效率，从而弥补低谷期的损失。

**心得感悟** 我们处在一个追求速度和效率的时代，网络信息技术提升了知识更新和传递的速度，也给我们的学习带来了巨大挑战。年轻朋友在学习过程中需要处理的信息比以往任何时候都多，如果对一些学习内容纠缠不清，很容易丧失高效率学习的目标。因此，学习学习再学习，在有限的时间内掌握更多知识，是我们适应未来社会挑战的客观要求。

**行动指南** 在学习中讲求高效率，需要通过不断实践并总结经验教训，才能找到适合自己的方法：

1. 对每一个学科的知识进行分类整理，建立完备的体系结构。每一门学科都有自己的体系结构，都有内在的逻辑可以掌握，我们应该把它们建设成一个庞大而有规律的知识库，做到灵活自如地运用。
2. 完善各种解决问题的方法。在考试的时候，我们要尝试用各种方法解决问题，对问题做出相应的回答。所以，平时要通过习题训练使自己掌握处理各种问题的有效方法。

**培养做事精通的品格 品格解读** 在中学的课本里，我们都学过囫圇吞枣的故事。这则成语来源于朱熹《答许顺之书》。意思是说把枣子整个儿吞下去，连核也不吐出来。嚼也不嚼，就叫“囫圇吞枣”。它比喻人们在学习上不求甚解，含糊了事，只把原书文句照本宣科，好比吃东西不加细嚼、品味，也不消化、吸收一样。有一位医生对人说，梨对人的牙齿很有好处，但对脾却有害处，而枣对脾有好处，但对牙齿却有害处。一个自作聪明的人听后，连忙对旁人说：“我倒有个好办法，即可以吸收梨和枣子各自对人的好处，而又可以避免危害，那就是我吃梨的时候，只用牙齿咀嚼，却不咽到肚里去，吃枣的时候一口吞到肚子里，这样既不伤害牙齿也不伤害脾。”旁人听了说：“你吃梨只嚼不咽还可以做到，但枣子只咽不嚼，就难了，你那样圆圈吞枣，肚子可受不了啊。”

在学习中，我们是否也在蜻蜓点水，对各门知识缺乏系统了解与掌握呢？我们所学的各种知识都是在原有基础上深入和强化得来的，如果对原来的知识掌握得不系统，达不到精通的程度，那么在日后的学习中就会遭遇各种困难。学习是一个踏踏实实的过程，来不得半点花哨的表演，只有下工夫认真学习才能取得优异的成绩。工作中的学习也是如此。以IT行业为例，精通本专业技术是对技术人员的基本要求，只有首先精确掌握一门技术，才能对其他技术触类旁通。否则任何工作都难以开展下去。P2-4

## 《一生要培养的优秀品格》

### 编辑推荐

品格与我们的气质、智力、情感、意志有密切关系。品格固然与先天气质有关，但更离不开后天培养与环境塑造。人生世事无常，悲欢离合、喜怒哀乐，都等待着我们去经历和体验。张俊杰编著的《一生要培养的优秀品格(一生读书计划)》为大家汇集了影响人生走向的优秀品格，既进行层层剖析，又提供必要的行动指南，希望为年轻朋友的成长提供有益的帮助，开启一生的品格培养计划，早日走向成功。对那些渴望改变人生的朋友来说，也可以从中获得借鉴和启发，开创一种全新的人生境界。

# 《一生要培养的优秀品格》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)