

全能
孩子王
训练营

风靡世界的“教育绘本”
全球狂销百万册

影响孩子一生的 15个好习惯

金慧莲 著

轻松教出
好孩子的
“第一方法”

让孩子的成长
与世界同步！





影响孩子一生的 15个好习惯

金慧莲 著



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

影响孩子一生的 15 个好习惯 / [韩] 金慧莲著 ; 金雪莲译 .

—北京 : 中国青年出版社 , 2006 (全能孩子王训练营)

ISBN 978-7-5006-6938-0

I. 影... II. 金... III. 青少年 - 习惯 - 培养 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 054809 号

친구가 따르는 아이들의 리더십 비결 20 가지

Copyright © 2004 by Glsong Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2006 by China Youth Press

This translation was published by arrangement with Glsong Publishing Co., Ltd.

through Carrot Korea Agency

All rights reserved

影响孩子一生的 15 个好习惯

作 者 : (韩) 金慧莲

译 者 : 金雪莲

责任编辑 : 韩文静 赵 玉

文字编辑 : 董小梅

美术编辑 : 牛 晶 夏 蕊

出 版 : 中国青年出版社

发 行 : 北京中青文文化传媒有限公司

电 话 : 010-65516873/010-65511270

网 址 : www.cyb.com.cn www.diyijie.com

制 作 : 中青文制作中心

印 刷 : 北京凌奇印刷有限责任公司

版 次 : 2010 年 9 月第 2 版

印 次 : 2010 年 9 月第 4 次印刷

开 本 : 787*1092 1/20

字 数 : 24 千字

印 张 : 9

京权图字 : 01-2006-0807

书 号 : ISBN 978-7-5006-6938-0

定 价 : 28.00 元

中青版图书 , 版权所有 , 盗版必究

我社将与版权执法机关
配合大力打击盗印、盗版活
动 , 敬请广大读者协助举报 ,
经查实将给予举报者重奖。

举报电话 :

北京市版权局版权执法处

010-64081804

中国青年出版社

010-65516873

010-65511270

目录



迟到大王——朱少威 10

卡内基的成功日记 20

坚定心志篇



虚心接受他人的批评 24

培养独立思考判断的能力 34

有计划地一步一步消除烦恼 44

不要为不必要的烦恼而头疼 54

拟定良好的计划 66

快速甩掉烦恼的五个方法 76



彻底实践篇



养成随手整理的好习惯 80

事有轻重缓急，应循序渐进 88

凡事应全力以赴 98

爱惜自己的身体 108

制定一个漂亮的计划表 118

知道了！专心才能把事情做好 128

用特殊方法激励自己 136

适当的休息可以让你事半功倍 146

发掘自己的闪光点 156

迈向成功最重要的一步 166

梦想成功的孩子——小威 168



B 8442

20

送给



图书在版编目 (CIP) 数据

影响孩子一生的 15 个好习惯 / [韩] 金慧莲著 ; 金雪莲译 .

—北京 : 中国青年出版社 , 2006 (全能孩子王训练营)

ISBN 978-7-5006-6938-0

I. 影... II. 金... III. 青少年 - 习惯 - 培养 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 054809 号

친구가 따르는 아이들의 리더십 비결 20 가지

Copyright © 2004 by Glsong Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © 2006 by China Youth Press

This translation was published by arrangement with Glsong Publishing Co., Ltd.

through Carrot Korea Agency

All rights reserved

影响孩子一生的 15 个好习惯

作 者 : (韩) 金慧莲

译 者 : 金雪莲

责任编辑 : 韩文静 赵 玉

文字编辑 : 董小梅

美术编辑 : 牛 晶 夏 蕊

出 版 : 中国青年出版社

发 行 : 北京中青文文化传媒有限公司

电 话 : 010-65516873/010-65511270

网 址 : www.cyb.com.cn www.diyijie.com

制 作 : 中青文制作中心

印 刷 : 北京凌奇印刷有限责任公司

版 次 : 2010 年 9 月第 2 版

印 次 : 2010 年 9 月第 4 次印刷

开 本 : 787*1092 1/20

字 数 : 24 千字

印 张 : 9

京权图字 : 01-2006-0807

书 号 : ISBN 978-7-5006-6938-0

定 价 : 28.00 元

中青版图书 , 版权所有 , 盗版必究

我社将与版权执法机关
配合大力打击盗印、盗版活
动 , 敬请广大读者协助举报 ,
经查实将给予举报者重奖。

举报电话 :

北京市版权局版权执法处

010-64081804

中国青年出版社

010-65516873

010-65511270



影响孩子一生的 15个好习惯

金慧莲 著



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

序言



不知道大家有没有梦想

无论是谁，如果能够实现自己的梦想，尝到成功的果实，都会感到无比的开心吧！梦想不但能使人充满活力，还会让人感到无比快乐！

我们常常会为了实现梦想而花费许多时间和精力，但又会因为自身的个性、身边的朋友或是外在事务，而无法静下心来好好地思考并彻底实践它们。这些烦恼时常都是一个接一个地出现在我们面前，让我们为此无比头疼。也许此时的你就是在为其中的某件事而烦恼吧？

当我们看到身边的朋友学习成绩好，长得又漂亮，生活过得丰富多彩时，你也许会认为：“他们怎么就没有什么烦恼的事情呢？真羡慕啊！”但是我们应该知道，其实每个人在不知不觉中都会有许多烦恼。



消除烦恼就能迈向成功

本书的卡内基叔叔，是一位能够给我们提供生活智慧及最佳生活方式的博士。他在研究人与人之间的关系与沟通方式的过程中，发现大多数人都深受“烦恼”之苦。

为了找出消除烦恼的方法，卡内基叔叔找了很多资料。经过五年的深入研究后，终于找到了克服烦恼、迈向成功的有效方法。他将这些方法整理成一本书，出版后收到了许多因此书受益的朋友们写来的感谢信。

本书以生动有趣的图画和浅显易懂的语句说明卡内基叔叔的“成功论”以及轻松迈向成功的秘诀，希望每位朋友都能利用本书，彻底抛开烦恼，发挥长处，实现自己的梦想！



金慧莲

人物介绍



迟到大王——朱少威（小威）

不要在我面前谈论睡觉的事情哦！

生活极不规律的小威，时常因为晚睡而养成赖床和迟到的坏习惯，再加上个性散漫，总是忘记带要用的文具，有时甚至连书包都会忘在家里！懒惰的小威每天都过着浪费生命的生活，直到有了卡内基叔叔和小精灵克莉丝的帮助，他的生活才有了彻底的转变。

小威到底能不能变成又勤奋又能积极面对生活的好孩子呢？

成功博士——卡内基叔叔

想要成功的朋友，来找我可就对了！

卡内基叔叔在接到小精灵克莉丝的求救电话后，便来到小威生活的世界帮助他。为了不让小威察觉到自己的存在，他假扮成小威的老师、爸爸和朋友等各种角色，帮助小威改掉现有的坏习惯与混乱的生活方式，并且带领小威一步步朝着成功的方向迈进。





模范生——李楠楠

看谁能比我更细心，更有计划！

是小威最要好的朋友。

成绩特别优秀，经常帮助小威补习功课；生活也很规律，是一个懂得制定计划并付诸行动的人。

这些自我规划与管理的好习惯让她总是能把事情处理得有条不紊，不仅按时完成作业，还从来没有迟到过。

有时也因为过于讲条理而受到小威的嘲笑。

楠楠将与小威一起得到卡内基叔叔的帮助，逐步解决自己的烦恼，以更积极的态度面对生活。

成功小精灵——克莉丝

敢在我面前赖床的人，
我绝对不饶他！



克莉丝是一位可爱的小精灵，
专门帮助因为赖床而迟到的小朋友，
而且从来没有她叫不醒的人。
没想到当她遇上小威时，却无法成功地叫醒小威，
使得小威仍然过着每天迟到的日子。
不过，克莉丝并没有因此而气馁，
反而决定挑战这项艰巨的任务，
她特地找来了成功博士——卡内基叔叔帮忙！
她将变身成恶魔帮助卡内基叔叔完成目标。

究竟克莉丝是如何改掉小威长年累月养成的坏习惯的呢？

目录



迟到大王——朱少威 10

卡内基的成功日记 20

坚定心志篇



虚心接受他人的批评 24

培养独立思考判断的能力 34

有计划地一步一步消除烦恼 44

不要为不必要的烦恼而头疼 54

拟定良好的计划 66

快速甩掉烦恼的五个方法 76



彻底实践篇



养成随手整理的好习惯 80

事有轻重缓急，应循序渐进 88

凡事应全力以赴 98

爱惜自己的身体 108

制定一个漂亮的计划表 118

知道了！专心才能把事情做好 128

用特殊方法激励自己 136

适当的休息可以让你事半功倍 146

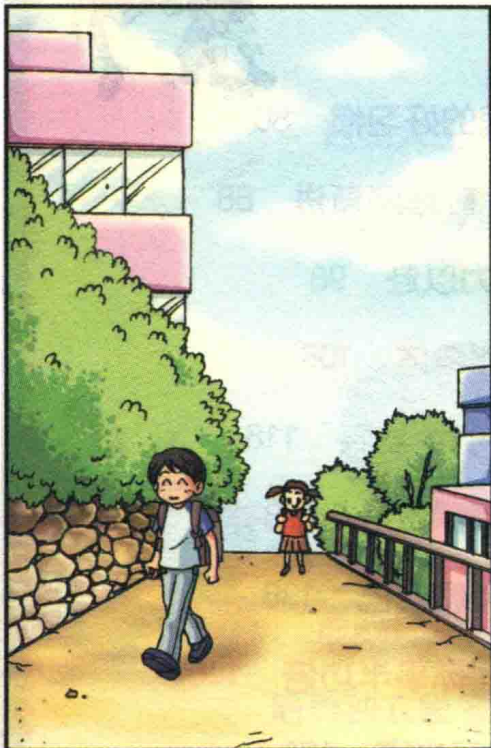
发掘自己的闪光点 156

迈向成功最重要的一步 166

梦想成功的孩子——小威 168



迟到大王——朱少威



我最喜欢看小朋友早起上学的模样了！

我是克莉丝，专门帮助因为赖床而迟到的小朋友。

好像所有的小朋友都去上学了！那在中午之前，我该做些什么呢？

一闪

一闪

哎呀！我的项链坠子一直在闪，这表示……

一闪

一闪

这就表示还有小朋友正在赖床！

到底是谁啊？

嘣

