

## <<人性的优点>>

### 图书基本信息

书名：<<人性的优点>>

13位ISBN编号：9787201054186

10位ISBN编号：720105418X

出版时间：2008-6

出版时间：天津人民

作者：戴尔·卡内基

页数：206

译者：韦荣臣

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：<http://www.tushu007.com>

## <<人性的优点>>

### 内容概要

《人性的优点》共分为六部分，分别为揭开忧虑的真实面目、分析忧虑的基本方法、怎样戒除忧虑的习性、快乐康泰的心情、毋为责难而烦恼、精力充沛的六种方法。书中通过对真实事例的阐述与分析，教你如何击败人类的生存之敌——忧虑；如何防止疲惫，保持精力充沛等。这本充满智慧和力量的书能让你了解自己，相信自己，充分开发蕴藏在身心里而尚未利用的财富，发挥人性的优点，去开拓成功幸福的新生活之路。

## &lt;&lt;人性的优点&gt;&gt;

## 作者简介

作者：(美国)戴尔·卡内基 译者：韦荣臣 戴尔·卡内基是20世纪最伟大的成功学大师，美国现代成人教育之父。

他一生致力于人性问题的研究，运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点，进行探索和分析，开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。

千千万万的人从卡内基的教育中获益匪浅。

20世纪上半叶，卡内基以他对人性的洞察，利用大量普通人取得成功的故事，通过他的演讲和著作唤起无数迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。

卡内基在实践的基础上撰写而成的著作，是20世纪最畅销的成功励志经典，自问世以来，被译成多种文字，成为西方最持久的畅销书之一，风靡全球。

这些书和卡内基的成人教育实践相辅相成，将卡内基的人生智慧传播到世界各地，影响了千千万万人的思想和心态，激发了他们对生命的无限热忱与信心，勇敢地面对现实中的困难，追求自己美好的人生。

卡内基所著的第一本书是《语言的突破》。

卡内基读书时便将演讲作为出人头地的捷径而曾潜心钻研过。

后来，当他于1912年开始为纽约基督教青年会夜校开班时，他首先开的就是“公开演讲”课。

1926年，他根据自己的心得体会和学员学习的经验，写了一本名为《公开演讲：企业人士的实用课程》的教科书。

后来，这本教材又经过几年的实验和修订，于1931年以《语言的突破》为名正式出版发行。

这本书的主旨是要人们克服畏惧，建立自信，更有效地说话。

卡内基在书中阐述的演讲模式，融合了公开演说术、推销术、心理学和商业谈判技巧。

于1932年出版的《人性的光辉》：是卡内基继《语言的突破》后第二部成功之作。

卡内基出生于美国密苏里州一个贫穷的农家，他的童年与林肯非常相似，他把林肯的奋斗历程看作人生的经典。

卡内基在著作中多次提到林肯。

《人性的光辉》将林肯艰苦奋斗、成为美国总统，以及他为美国和人类进步事业而献身的一生展现在人们面前，字里行间充满了温馨与激情，是林肯传记中写得最生动、最感人、也最有启迪意义的一部。

但是，最著名的、使卡内基享誉世界的书，却是1936年出版的《人性的弱点》。

这部书和《语言的突破》一样，也是由卡内基授课时所用的教材演变而成的。

卡内基确信一个人的成功，只有15%是由于其专业技术，而85%则要靠人际关系和待人处世的能力。

他深信，人们除了渴望健康以外，最需要的便是研读改善人际关系、教人做人处世艺术的书。

但是，当时并没有这样的书。

于是，他决定自己去写。

卡内基阅读了所有这方面能够找到的资料，还亲自约请了几十位成功之士，找出各个时代的伟人做人处世的技巧，发现他们使用的每一个有关如何得到朋友和说服别人的实用的方法。

于是，卡内基把获得的资料，编成简差的讲稿，用于人际关系训练班的教学，然后由学员们去实践、验证、丰富和发展，使他的教材愈来愈厚，于1936年正式出版。

在成人教育班初开的时候，卡内基就发现，学员们经常谈论的是他们自己的忧虑。

卡内基认为，忧虑是人类面临的最大问题之一。

因为在医院里，有半数以上的床位让那些在精神和情绪上有问题的人占用了。

卡内基发现，在成人教育班上，无论是高级主管，还是家庭主妇，都有各式各样的问题和苦恼，需要他开一门征服忧虑的课。

但是，他翻遍了纽约公共图书馆，找不到适合成人教育班使用的教材，于是他决定自己来写这样一本书。

他阅读了曾经面临严重问题的著名人物的传记，从中获知这些人物是如何解决问题的；又向几十位人

## <<人性的优点>>

士请教他们克服忧虑的办法，整理出一套消除忧虑的原则，让学员们在生活中应用，然后在班上谈论他们应用的结果，使他的原则不断地得到充实和完善。  
最终，《人性的优点》于1948年成书。

## <<人性的优点>>

### 书籍目录

第一部 揭开忧虑的真实面目一、生活在“日日相隔的舱室”中二、排解忧虑的神奇处方三、忧虑对你造成的后果第二部 分析忧虑的基本方法一、怎样分析和解决忧虑问题二、怎样使工作方面的忧虑消除一半第三部 怎样戒除忧虑的习性一、怎样把忧虑排挤出你的头脑二、别让琐碎小事把你搞垮三、消除许多忧虑的一条规则四、与不可避免的情况合作五、给忧虑设置“止损”命令六、别试图锯末第四部 快乐康泰的心情一、改变生活的一句话二、以牙还牙的昂贵代价三、施恩而不求回报四、统计所得恩典而不是麻烦五、展示出自己的个性六、从你的损失中获益七、将欢乐送给他人第五部 毋为责难而烦恼一、没有人会踢死狗二、淡化批评对你的伤害三、我做过的蠢事第六部 精力充沛的六种方法一、防止疲惫的方法二、解除疲劳的措施三、青春焕发的妙招四、防止疲倦的好习惯五、用乐趣驱除乏味感六、避免因失眠而忧虑

## &lt;&lt;人性的优点&gt;&gt;

## 章节摘录

第一部 揭开忧虑的真实面目一、生活在“日日相隔的舱室”中1871年春，有位男青年随手拿起本书读了起来，他在书中读到的一句话对他的未来产生了深远的影响。

那时他是蒙特利尔医院的实习生，正面临着能否顺利通过毕业考试、毕业以后怎么办、去哪儿、怎样开办诊所、怎样谋生等问题的困扰，因而愁绪满怀。

这位年轻的医科学生在1871年读到的那句话帮助了他，使他成了那一代人中最著名的内科医生。

他创办了世界知名的约翰·霍普金斯医学院。

他成了在牛津大学做钦定讲座的医学教授——这是大英帝国从事医学的人所能获得的最高荣誉，他被英国国王封为爵士。

他去世之后，多达一千四百六十六页的两卷巨著被用来记载他的生平事迹。

他就是威廉·奥斯勒爵士。

下面就是1871年春天他读到的帮助他摆脱忧愁的那句话，那句话出自托马斯·卡莱尔，他说：“我们的主要任务不是眺望远方隐隐约约的前景，而是干手头明明白白地摆着的事情。

”四十二年之后的一个春夜，夜色温柔，在耶鲁大学校园里，郁金香正展蕊吐馨，这位威廉·奥斯勒爵士给该校学生做演讲。

他对他们说，有人以为像他这样一个曾担任四所大学的教授和写过一本畅销书的人会具有“特殊性质的大脑”。

他宣告说这不符合事实。

他说他的亲密朋友都知道，他的大脑属于“性质极为一般”的那种类型。

## <<人性的优点>>

### 编辑推荐

《人性的优点》是当今世界最伟大的成功学家——卡耐基一生中最重要的、最生动的人生经验的汇集，也是一本记录成千上万人如何摆脱心理问题走向成功的实例汇集。

《人性的优点》一经出版，便在全球畅销不衰，改变了千百万人的生活和命运，被誉为“克服忧虑获得成功的必读书”、“世界励志圣经”。

<<人性的优点>>

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:<http://www.tushu007.com>