

<<赢在心态>>

图书基本信息

书名：<<赢在心态>>

13位ISBN编号：9787504729736

10位ISBN编号：7504729736

出版时间：2009-3

出版时间：中国物资出版社

作者：马银春

页数：307

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>

<<赢在心态>>

前言

成功学大师戴尔·卡耐基说过：“人与人之间只有很小的差异，这很小的差异却造成了巨大的差异。

很小的差异就是心态，巨大的差异就是不同心态产生的结果。

” 马斯洛曾这样说：“心若改变，你的态度就会跟着改变；态度改变，你的习惯就会跟着改变；习惯改变，你的性格就会跟着改变；性格改变，你的人生就会跟着改变。

” 有人说过：“当一个人的态度明确时，他的各种才能就会发挥最大的效用，因而产生良好的效果。

” 态度不同会使结果不同。

一个学习态度端正的学生，学习成绩往往会名列前茅；一个态度明确的推销员，可以经常打破推销纪录；

<<赢在心态>>

内容概要

一个积极心态者常能心存光明远景，积极心态能让你健康长寿、获得财富、拥有幸福；而消极心态则会剥夺一切使你生活变得有意义的东西。

因此，对一个生活和事业都想取得成功的人来说，心态非常重要。如果你保持积极的心态，掌握了自己的思想，并引导它为你明确的生活目标服务，你就能享受到生活的优待。

有什么样的心态，就会有什么样的人生。

一个人的心态，往往在很大程度上决定着这个人某一阶段的人生走向。

一个人若是被一些不良心态所左右，他的人生航船便很有可能驶入浅滩，失去发展的机会；一个人若是一生持有良好的心态，那么，他的人生之路就会越走越宽，生活的景色就会越来越美，生命的价值就会越来越大……

<<赢在心态>>

书籍目录

第一章 我的健康我做主 1.保持心理健康的秘诀 2.心理疲劳：健康的隐形杀手 3.不要忽视心理疾病
4.快乐生活，是健康的基本原则 5.过分看重金钱有害身体健康 6.治病先治心 7.精神健康的人越活
越年轻 8.用微笑面对生活 9.缓解压力，释放心灵 10.战胜恐惧，我逍遥 11.塑造身心健康的自我
12.赶走抑郁第二章 工作不仅仅是一碗饭 1.工作态度决定工作成就 2.人生的乐趣在于工作 3.不要把
情绪带到工作中 4.以老板的心态对待工作 5.忍耐是职场的必修课 6.工作需要积极主动 7.工作：体
现自身价值的最好方式 8.别把工作当苦役 9.尊重自己的工作 10.工作是自己的事 11.薪水以外的东
西更重要 12.勤奋实干，造就成功第三章 好心态，好朋友 1.对一切都充满爱心 2.摆脱孤僻，敞
开闭锁的心扉 3.一样的米，不一样的人 4.到处树敌，伤害的是自己 5.没有热情，就没有友情 6.不要
看不起自己 7.在感恩中珍爱友情第四章 家庭和谐，从“心”开始第五章 再苦，也要笑一笑第
第六章 摆正办事的心态，路路相通第七章 提炼赚钱“心”法，启迪赚钱灵感第八章 好心态，好领导第
第九章 卓越心态：引领事业成功的舵手

章节摘录

第一章 我的健康我做主 1.保持心理健康的秘诀 柏拉图有句名言：“你不可以尝试只救身体而不救灵魂。

”一定要记住这句话，一个健康的人必须是身体与灵魂都健全完整。

要想长寿，良好的精神相当重要。

当一个人内心充满积极思想时，导致生病的消极思想便没有了生存的空间，你便能拥有健康。

弗洛伊德说：凡对一切有益于心理健康的事件或活动做出积极反应的人，其心理行为就是健康的。

反之，就是病态的。

由于每个人在生活、学习各方面遇到的事情和活动很多，不仅在积极反应上存在个性差异，而且各人面临的事情或活动也

<<赢在心态>>

编辑推荐

与其羡慕成功者的成就，不如努力学习他们的心态，如果人生是海洋，那么心态就是指引航向的灯塔、使人们在暴风雨中，永远不会迷失自己的方向。

心若改变，你的态度跟着改变，态度改变，你的习惯跟着改变。

习惯改变，你的性格跟着改变，性格改变，你的人生跟着改变。

没有伟大的心态，就没有伟大的人，甚至也没有伟大的艺术家，伟大的行动者。

——罗曼·罗兰

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>