

<<赢得自信>>

图书基本信息

书名：<<赢得自信>>

13位ISBN编号：9787507516968

10位ISBN编号：7507516962

出版时间：2004-7-1

出版单位：华文出版社

作者：常桦

页数：272

字数：180000

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>

<<赢得自信>>

内容概要

自信如此的重要，那么怎样赢得自信呢？

自信其实就是一种习惯，只要你从小事做起，逐渐养成这种习惯，你的成功就近在咫尺了。

事无巨细，只要能做成功，使你从中尝到一点成功的滋味，你便会去渴求更大、更辉煌的成功。

现今社会人人都忙忙碌碌，有些人根本就没有时间来实践这些理念与方法，甚至有些人根本就怀疑这些办法的可行性。

但是，只要你肯抽出时间来阅读这套书，你定会从中受益。

朋友，你尽可以将这套书放置在案头床前，让它成为你随身、随时携带的“心理医生”。

当你感到压抑、焦虑、郁闷或恐惧不安的时候，请翻开此书读一段吧。

当你遇到朋友痛苦无奈的倾诉，却无法时刻陪伴他之时，送他此书作为礼物吧。

在快节奏的生活间隙里，让我们共同来运用这个“心理医生”所教的方法，让自己更轻松地生活吧，套用一句多年前一部日本动画片中主人公一休的话：“休息一下，让我们休息一下吧”！

<<赢得自信>>

书籍目录

第一章 做一个自信的人 一、拥有自信 二、自信是生命的养分 三、我必定！
我能够！

四、最崇高的信心 五、只要做点什么，就会有所不同 六、你是独一无二的 七、信心是人生最珍贵的宝藏 八、自信会使你更有价值 九、我行，你也行！

十、无穷的自信魅力 十一、把自信变得“公式化” 十二、一点一滴积累自信 十三、自信人生 十四、具有自信的人是幸运的 十五、自信的无穷力量 十六、让我们满怀信心 十七、用自信点亮通往成功路上的灯

第二章 建立自己的魅力信心 一、你能做点什么 二、让信心自然大增 三、如何看待自己 四、向缺乏自信心挑战 五、按步骤去建立自信 六、展示你的自信 七、激发自信的灵丹 八、一点一滴培养自信 九、尝试一下捷径 十、拯救自己的信心 十一、拥有信心还要获得他人信任

第三章 看清自己相信自己 一、看清自己 二、除了你自己，没人能够伤害你 三、认识你自己 四、你是重要的 五、先剖析自我 六、迈出认识自己的第一步 七、正确认识自己 八、不看低自己 九、相信自己是个举足轻重的人物 十、认清自己才能自信 十一、信心是自己给的 十二、优点、缺点心中有数 十三、不要过低地估计自己 十四、看得起自己 十五、自信来自你的思想第四章 把自卑赶走第五章 做自己的主人第六章 给自己成功的自信第七章 学会自我激励第八章 永不熄灭的信念之火

<<赢得自信>>

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>