

<<一定要有好心态>>

图书基本信息

书名：<<一定要有好心态>>

13位ISBN编号：9787509204290

10位ISBN编号：7509204291

出版时间：2008-12

出版时间：中国市场出版社

作者：王子强

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>

<<一定要有好心态>>

内容概要

记住！

在生活中是否幸福与快乐，是否觉得充实，是否表现得出类拔萃，不在于你是谁，或者你有什么，它只在于你想的是什么，拥有什么样的心态，采取什么样的行动。

本书将会告诉我们，心态就是力量。

我们该充分地运用心态的力量，成功地塑造自我，改善生活的境遇。

<<一定要有好心态>>

书籍目录

1 成功心态之自强不息 做个自立自强的人 战胜懦弱2 成功心态之乐观 乐观面对人生 摆脱消极的念头 学会鼓励自己3 成功心态之热情 热情的人无往而不利 用行动表明你的热情 告别冷漠4 成功心态之认真做事 每一种工作都值得我们认真对待 不要小看自己的工作 在全情投入的工作中体验快乐和满足5 成功心态之责任心 责任是一份动力 担当责任是一种生活态度 老板期望的好员工6 成功心态之专注 将精力集中于一点 学会专注 克服朝三暮四的不良习惯7 成功、心态之耐心 忍耐力：对目标的向往与坚守 逆境是人生的宝藏 增强耐受力 心浮气躁不能成事8 成功心态之甘于吃苦 是傻子还是聪明人 不怕吃苦才能甜到最后 勤奋铺就成才之路 和懒惰说再见9 成功心态之惜时 时间是稀缺资源 时间的敌人 赢得时间的8大战术 今日事今日毕10 成功心态之自律 自我约束才能掌握主动 避免冲动之下造成的恶果 学会自律11 成功心态之进取 只有不断前行才不会被抛下 对付惰性的方法 生活中要不断调整目标12 成功心态之拼搏 现实生活不会永远一帆风顺 爱拼才会赢 失败并不可怕，关键是要从失败中走出来13 成功心态之执著 坚强的性格是成就大事的基础 正确认识困难 永远对生活充满希望14 成功心态之平和 内心的平和需要自我修炼 不要总是把自己想象成受害者 保持冷静15 成功心态之果决 当机立断不犹疑 克服优柔寡断的性格 培养果决的品性16 成功心态之敢于冒险 敢于冒险是走向强者的必由之路 敢于冒险才能不断为你的生活带来惊喜 跨越心理障碍17 成功心态之积极 有积极的心态才能拥有向上的人生 我们怎样对待生活，生活就怎样对待我们 培养积极的心态18 成功心态之正直 正面、良好的品性才是你的持续发展力 成为正直的人19 成功心态之不怕吃亏 主动付出，不必太计较回报 先播种才能有收获 懂得谦让，把名利地位看淡一些 克服占小便宜的不良习性20 成功心态之自信 自信的人才有可能完美展现所有的优势 突破自卑的羁绊 增加自信心21 成功心态之能屈能伸 学会认输 将目标定的更灵活一些 对生活不再苛求22 成功心态之平常心 踏踏实实地面对一切 用一颗清醒的平常心看待名誉 摒弃虚荣心理23 成功心态之完善自我 培养成熟的个性 塑造健全的人格24 成功心态之珍视人缘 营造和谐的人际关系 摆脱孤独，主动结交朋友 广积“人脉” 25 成功心态之宽容 宽容他人也是为自己松绑 养成宽容的心态26 成功心态之豁达 豁达是一种更加超脱的胸襟 化解压力，轻松生活27 成功心态之相信爱 懂得爱，付出爱 生活在爱的世界 爱使人焕发生命的活力 用行动展现你的爱28 成功心态之感恩 常怀感恩之心 学会感恩，才能获得真正的快乐 把你的感激表达出来29 成功心态之活在当下 享受你拥有的一切 享受你正在做的事情30 成功心态之追求简单生活 简单生活：自我的回归 构筑“奢华”的精神世界

<<一定要有好心态>>

章节摘录

2 成功心态之乐观令摆脱消极的念头要想主宰自己，首先需要培养一种崭新的思维方式。

这可能是一件很困难的事，因为社会中的许多其他因素有碍于个人去支配自己。

但有一点你一定要确信，你每时每刻都能作出情感上的选择。

也许你从小到大一直认为，人的情感是无法控制的，愤怒、恐惧、怨恨、爱慕、喜悦、欢乐等情感是油然而生的，人们无法控制，只能接受，听之任之；你还可能认为，每当一些悲伤的事情发生之时，你就会自然地感到悲伤，并希望发生一些愉快的事情使你的情绪好起来。

记住，情感并不仅仅是出现在你身上的情绪，而是你自己对外界事物产生的一种心理反应。

如果你主宰着自己的情感，就不会产生自我挫败性的反应。

一旦你学会依照自己的选择控制个人的情感，你就踏上了一条“智慧”之路。

在这条道路上，绝无导致精神崩溃的歧途，因为你将把情绪视为一种可选的因素，而不是生活中的必然因素。

这正是人的个性自由的关键所在。

生命属于我们每一个人，你完全应该根据自己的意愿去生活！

每一个问题之中都藏着解决的方法，当你感到消极的时候，只要你真正拿出行动，用积极的心态去面对，事情就终有解决的时候。

不管情绪有多痛苦，如果你按照下述六个步骤去做，就可以很快地打破消极的念头，进而找出脱困的方法。

<<一定要有好心态>>

编辑推荐

《一定要有好心态:30种帮助你走向成功的心态》由中国市场出版社出版。

<<一定要有好心态>>

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>