第一图书网, tushu007.com

<<卡耐基成功学>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基成功学>>

13位ISBN编号：9787511313676

10位ISBN编号：7511313671

出版时间：2009-5

出版时间：中国华侨出版社

作者：张海霞　编著

页数：353

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

前言

戴尔·卡耐基是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，进行探索和分折，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。
美国卡耐基成人教育机构、国际卡耐基成人教育机构和它们遍布世界各地的分支机构，多达1700余家。
在其中接受教育的，不仅有名星巨商、各界领袖，也有军政要人、内阁成员，甚至还有几位总统。
千千万万的人从卡耐基的教育中获益匪浅。
　卡耐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。
卡耐基的主要著作有《人性的弱点》《人性的优点》《人性的光辉》《美好的人生》《快乐的人生》《伟大的人物》《语言的突破》等。
此外，卡耐基的门人亚瑟·裴尔博士所著的、阐释卡耐基学说的《积极的人生》、卡耐基夫人姚乐丝·卡耐基按照她丈夫的哲学模式所著的《写给女孩的信》、卡耐基的妹妹朵乐蒂·卡耐基根据哥哥搜集的名言、警语所编的《智慧的锦囊》，构成了卡耐基做人处世教育的全部作品，它们不仅是卡耐基成人教育的教科书，也是趣味无穷的优秀读物。
如今，世界各国几乎都有这些著作的译本。
　本书汇集了戴尔·卡耐基众多著作的精华，集戴尔·卡耐基超人的智慧、严谨的思维于一体。
告诉如何进行人际沟通，如何提高自己的口才，如何获得别人的肯定和赞扬，如何发掘人性的优点，走出忧虑的人生……总之，这是一本充满智慧的书，读此书，将会让你更好地认识自己的人生，规划自己的人生，并从中汲取积极的力量，大踏步地向成功迈进。
　让本书中的理论、原则融入我们的生活中，发挥它的积极功效，帮助我们寻找到自己的人生地图，度过更快乐、更幸福、更成功、更有意义的人生。

内容概要

本书是一本充满智慧的书，凝集了戴尔?卡耐基的所有成功智慧，它将为你指明前进的方向，引领你大踏步地向成功的道路迈进。
卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其中真正的价值是他把个人成功的技巧传授给了每一个想有所成就的年轻人。

作者简介

书籍目录

第一章 人际沟通的最佳方式
　人和人的交往过程中少不了沟通，那么，如何才能进行有效的沟通呢？
卡耐基认为，人际沟通的最佳方式就是：利用人性的弱点，多赞赏他人；学会用提醒的方式，帮助他人纠正错误；多理解他人，不要求全责备……总之，在人际沟通过程中，要尽量减少对别人的伤害，这是保持和谐人际关系的基础和前提。

1. 努力让对方说“是”
2. 经常鼓励你的下属
3. 以友善的方式去交流
4. 给他人说话的机会
5. 用赞美的语言打动他人
6. 不可轻易批评别人
7. 批评讲求技巧
8. 学会和他人“闲谈”
9. 注意交谈时的表达方式
10. 做最好的倾听者

第二章 有效演讲的语言艺术
　卡耐基认为，要想演说成功，首先要克服上台前的恐惧心理、紧张情绪，作好演讲前的准备，以增强自己的安全感。
在讲话的过程中要把身体站直，直视你的听众，做到信心十足，并且将自己的热忱与经验融入到讲话中，这样才能赋予语言以生命力，从而打动听众的心。
通过演讲，激发人的潜能、斗志，使人走向成功。

1. 掌握演讲技巧的方法
2. 作好讲演准备
3. 让你的讲话富有生命力
4. 与听众融为一体
5. 要把话说明白
6. 增强自己的记忆力
7. 注意演讲时的仪表
8. 有效地运用肢体语言
9. 如何发表即席演讲
10. 演说要富有创造性

第三章 巧舌如簧的谈判技巧
　卡耐基认为，谈判桌上要想稳操胜券，妙用语言技巧和心理攻势十分必要。
商场如战场，在这短兵相接的时刻，如果你能控制住自己的情绪，又能洞察对方的心理，再加以巧妙地提问，有保留地作答，定能克敌制胜。

　……
第四章 如何说服并改变他人
第五章 赢得好人缘的秘诀
第六章 远离忧虑，保持充沛活力
第七章 打造快乐健康的心态
第八章 认识自我，合理规划自己的人生

第九章 学会提升自我，让自己加速前进
第十章 合理安排工作和金钱
第十一章 让家庭生活幸福快乐
第十二章 写给女人的幸福箴言

章节摘录

插图：第一章 体重增加的隐形罪魁祸首提到激素失衡，大部分人都会立刻想到一种生理上的变化，也就是更年期。
没错，处于更年期的女人体内的激素会出现比较显著的变化，不过，通常来说，与激素失衡息息相关的一些问题出现的会更早一些，女人在30岁出头、男人在40岁出头的时候就开始出现此类症状，比如腹部的赘肉开始增加。
事实上，有关减肥的研究证明：由于体内的激素分泌出现变化，平均而言，在35岁到55岁期间，一个人腹部的体重每年都会增加1～2磅，男人、女人都是如此。
只要激素失衡的状况存在——最常见的就是雌激素过多症——人体细胞正常的新陈代谢就会受到影响，腹部堆积的多余脂肪就不太可能消失。
雌激素过多症在北美洲是一种非常流行的疾病，对此我深信不疑。
美国是一个老龄化的社会，美国人会经常性地被周围的环境雌激素层层包围。
此外，为数众多的美国人显然都体重超标了。
不幸的是，出于市场营销目的，制药行业在各种媒体上展开了猛烈的广告攻势，宣称雌激素替代疗法能够让步入更年期的妇女重新焕发青春的光彩。
这使得大部分医生和寻求医学帮助的消费者被误导。
数以百万计的雌激素过多症患者的真实病情因此未能得到应有的重视，一些更为不幸的患者得到的则是错误的诊断和治疗。
在我的患者中就有一个鲜明的例子，让我姑且把这位女士称作西尔维娅吧。

媒体关注与评论

成功是有捷径的，这个捷径并不是投机取巧，也不是走歪门邪道，而是多思多想，拓宽思路。
——戴尔·卡耐基　　在与别人相处时，应该学会尊重别人，尽量减少对别人的伤害。和谐人际关系的基础是彼此之间互不伤害。
——戴尔·卡耐基　　我们没有办法经常使人感到满足，但我们可以把话说得使人高兴。掌握神奇机智的语言应变技巧，无论是对演讲还是对于谈判来说，都具有重要的作用。
——戴尔·卡耐基　　一个人只有养成良好的工作习惯，才能行事有序，做成大事。
——戴尔·卡耐基　　要使你的丈夫在事业上有所成就，就要不断地支持他，每一天都能做一些使他脸上带有微笑的事情。
——戴尔·卡耐基.

编辑推荐

《全科家庭医生(套装共6册)》我国目前高血压、高血脂、肥胖症以及心脑血管疾病和癌症发病率都呈明显上升趋势，并且有年轻化的倾向。
由此可见，掌握永葆健康的科普知识尤为重要，别让自己和家人提前衰老十年！
集合全世界最公认的健康导师的指导方案。
健康是人类的第一财富，我国目前高血压、高血脂、肥胖症以及心脑血管，疾病和癌症发病率都呈明显上升趋势，并且有年轻化的倾向。
由此可见，掌握永葆健康的科普知识尤为重要。
别让自己和家人提前衰老十年！
集合全世界最公认的健康导师的指导方案。

第一图书网, tushu007.com

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