第一图书网, tushu007.com

<<让心态更阳光>>

图书基本信息

书名：<<让心态更阳光>>

13位ISBN编号：9787562459996

10位ISBN编号：7562459991

出版时间：2011-3

出版时间：重庆大学

作者：曾国平

页数：185

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

内容概要

《让心态更阳光》的形成，引用了一些学者的成果，包括一些网上无名作者的成果，得到了重庆大学电子音像出版社的大力支持，以及重庆大学新闻中心的大力支持，笔者指导的一、二年级的十多位研究生也做了大量的工作，重庆市专门做情商教育的龅牙兔学校的领导和老师们也给予了大力支持，在此一并致以崇高的敬意！

作者简介

曾国平，1955年生于江苏兴化。
1982年毕业于重庆大学。
现为重庆大学教授。
曾担任副院长、院长、院党委书记。
国务院特殊津贴专家，全国首届百名《两课》优秀教师，四川省《三育人》先进个人、重庆市理论经济学术带头人、重庆市经济学会副会长、《影响重庆经济风云人物》，发表论文100多篇，出版著作多部，在全国作经济、管理、励志等方面的报告1000多场，受到广泛好评。
2003年和2005年，分别在央视《百家讲坛》作《创新思维与创造力的发挥》和《智商与情商》的演讲。

<<让心态更阳光>>

书籍目录

第一章 心态决定状态——心态意义重大请仔细审视一下内心，形成阳光心态，无论什么人都应该、也能办到，因为人生就像一张单程车票，也是一个一维不可逆的量，自己留下什么样的足迹，回首可望，后人丈量。
1. “ 决定 ”多义决断、判断、先决条件、不再变更，作用再大不过。
2. “ 心态 ”之意中年妇女心脏手术后出现费解的怪现象，为何心灵心理状态!3. 心有百态人心只有一个，心态林林总总，心态千奇百怪。
4. 人，都需要阳光“ 生命三绝 ”：阳光、空气和水。
“ 凡是阳光照耀到的地方，均有太阳崇拜的存在。
”5. 人，需要阳光心态如果一个人的心态没有阳光，那他无异于死亡。
6. 心态决定影响境由心生，心造环境；心态影响力无边无际!7. 心态决定人生人生啦，生活的门再沉重也得打开!好心态拥有好人生。
8. 心态决定生命用阳光心态，给生命洗个澡吧!用阳光心态，驾驭自己的生命!9. 心态决定事业不是名人的名言：心态决定了一个人事业发展的程度，走多远、飞多高、长多大。
10. 心态决定学习知识不仅给人力量，还给人安全，给人幸福；静心方可悟道，笃行始达至善。
11. 心态决定生活美国心理学之父威廉·詹姆斯说：这一时代最重大的发现，是我们可以因改变心态而改变生活。
12. 心态决定情绪喜怒哀乐忧悲，情绪万万千。
传说牛皋抓住了金兀术，牛皋情绪激动，大笑而死；金兀术情绪悲伤，气愤而死。
13. 心态决定情感心态阳光，情感理性、正向、健康；没有好的心态，看谁都不顺眼，都心烦。
14. 心态决定价值观内心的尺度——为人们自认为正当的行为提供充足的理由；为组织提供价值取向、导向。
15. 心态决定人生观人心不同，各如其面；社会需要：乐于人生、热爱组织与社会，积极建设社会。
16. 心态决定世界观世界总是美好的，如果你再献上阳光，世界会更精彩!17. 心态决定和谐……第二章 调整心态更阳光——建议调整心态第三章 让心态阳光起来——调整心态的方法第四章 阳光心态举要——仁爱心、宽容心、欣赏心参考文献

章节摘录

版权页：其实，人的职业生涯并不是规划出来的，特别是外职业生涯。
就是你规划了，很多是不能实现的。
绝大多数伟人、名人，并没有想到自己会这样的伟大、出名，都是一步步发展而来的。
就算你规划成功了，到时有可能被别人拿走。
人的职业生涯就是规划出来的，这主要指的是内职业生涯，就是自己的素质素养和能力，包括自己心态的修炼。
这些东西准备好，好的职业就会幸运地降临，别人拿不走。
心态影响环境。
一般人都说的是环境影响心态、心情，比如，在一个公司里，领导亲和力强，处处为部下着想，人际关系好，大家和谐相处，部下工作起来心情就舒畅，工作的业绩更能显现。
反之，会影响心态影响工作。
一个社会竞争太激烈，工作压力太大，虽然收入高了，但大家反而觉得不幸福，幸福指数下降。
这是典型的环境影响心态。
收入提高了，生活也好了，吃穿也不愁了，但是，心态反而不平衡了，怨气可能更多了，矛盾可能更突出了，对抗也产生了，甚至仇富的心态也越来越严重了。
这主要也是由于分配差距拉大的环境产生的影响。
一位很有名气、演讲效果很好的学者曾经说道：“ 我一般不喜欢给一线员工作演讲，有的一线员工素质素养达不到，悟性达不到，你讲得再好他也不屑一顾，那个眼神都难看。
而且一会儿进进出出，再好的演讲能力和水平，也会因为心情不好发挥不出来，也没有兴趣、兴致讲下去了。
”其实，这还是说的心态影响问题。
环境也是人的心态产生的，所谓“ 境由心生 ”，就是这个道理。
第一，别人的心态不好，他不能好好听你的演讲，他们创造了一个不利于演讲的环境；第二，自己的心态心情也要调整，给自己创造一个好的心境！
所以，我们特别提倡，用我们的阳光心态去创造一个好环境，从而，又让好环境使我们的心态更阳光。
不要总是埋怨我们的环境这样那样不好，其实，正是由于我们的心态不好，我们对好环境视而不见，我们也没有努力去把不好的环境改造成好环境。
让我们的心态产生好的影响!一个领导的心态，影响部下的心态；一个司机的心态，影响乘客的心态；一个老师的心态，影响学生的心态；一个教练的心态，影响运动员的心态；一个医生护士的心态，影响患者的心态；一个父母的心态，影响孩子的心态；一个作者的心态，影响读者、听众的心态；一个将军的心态，影响士兵的心态。
当然，部下对领导、乘客对司机、学生对老师、运动员对教练、患者对医生护士、父母对孩子、士兵对将军的心态影响，也是同样的。
自己的心态，可能就成了别人的心态；别人的心态可能也成了自己的心态!心态的这种影响是相互的。
心态的影响是广泛的，长期的。
这种影响力，说小也就小，说大就很大，在一定的条件下会起决定作用。

编辑推荐

《让心态更阳光》是由重庆大学出版社出版的。

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