第一图书网, tushu007.com

<<外向性格能量書>>

图书基本信息

书名：<<外向性格能量書>>

13位ISBN编号：9789866138928

10位ISBN编号：9866138925

出版时间：2012-7-19

出版时间：菁品

作者：孟寧

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

第一图书网, tushu007.com

<<外向性格能量書>>

内容概要

外向者天生樂觀、積極向上　　外向性格的人常將自己的想法不加考慮地說出來，即思維外向，這類人心直口快、活潑開朗，善於交際、感情外露、待人熱情、誠懇，且與人交往時隨和、不拘小節，適應環境的能力較強。
由於比較率直，因此缺乏自我分析與自我批評的精神。
本書注重實用性和操作性，讓外向性格的人深入地剖析自我，洞悉自我，從而在人際交往中遊刃有餘，塑造最好的自己。

<<外向性格能量書>>

作者简介

孟寧　　吉林大學心理學碩士，中國註冊心理諮詢師專業資格，曾組織實施各級各類培訓上百場，對運用培訓手段配合企業目標的實現有著深刻的理解。
在人性化溝通、溝通心理學、執行力、高級思維技術、解決問題和決策技術等方面有深入研究。

<<外向性格能量書>>

书籍目录

第一部分外向性格的自我說明書外向者天生樂觀、積極向上，臉上永遠掛著滿足的笑容，做事樂於與人溝通；適應及學習能力都很強，天生具備免疫困境和穿越艱難的能力……清楚深刻地認清自己為自己的性格會診外向性格形成的決定因素外向者與內向者的區別外向者與血型的關係外向者性格改造的目標第二部分外向性格成功的籌碼，優勢在哪裡外向性格很受歡迎，在工作與生活中，外向者因為性格優勢，往往佔據著優越地位。
他們激情奔放、精力充沛……周圍總不會缺少朋友和機會，站在人群中，鶴立雞群；走在路上，光芒萬丈；掌握談話的中心思想、吸引眾人目光、永遠站在舞臺的中央成為大眾的焦點，這些都是他們走向成功的籌碼。
外向者擅長社交放鬆壓力，享受生活雍容雅量的胸懷獨特的幽默風趣感懂得推銷與展現自己鮮花讓給領導戴榮譽不獨享，功勞歸大家凡事要做必然做到最好設身處地為他人著想會將“ 怒火 ”扼殺在搖籃裡第三部分運用外向優勢，成功觸手可及在外向者身上能夠輕易找到成功的法寶——積極、自信、樂觀、充滿激情，積極上進，但有時候這些卻被誤解為虛情假意，從而招人嫌，討人厭，不受歡迎。
全面認識到自己的先天優勢不是目的，如何將這些性格優勢轉化為競爭力才是關鍵，同時更要把這些優勢轉化為傲人的成功資本！
能屈能伸的“ 彈性 ”品質優秀的表達能力敢想敢做，果斷行事專于自己的長項與內向者和諧共處拿捏准最佳距離天生的感染力與傳染力潛能是外向者潛在的寶藏對生活充滿樂觀外向者強大的自信心第四部分阻礙外向者成功的天生劣勢人無完人，雖說外向者優勢多一些，但是因為外向者思考外界的時間多過思考本身的時間，所以，有時很難發現阻礙自身成功的劣勢。
這樣首先就要學會認識自己，說起來容易，做起來困難，當某段時間做任何事都十分順利的時候，或得到一點成就的時候，人很容易產生自滿情緒，迷失方向，忘記自我，這是非常可怕的。
要想只擁有成功，不輕易被打敗，就有必要提前洞悉那些隱藏在自己身上的天生劣勢，搶在沒有任何失誤之前，及時阻止它們。
過於自負的性格是進步路上的絆腳石驕傲狂妄，小心人氣下降不注重細節會讓你因小失大鋒芒太露也會吃盡苦頭做人太精明被人當活靶凡事都自己來，大錯特錯外向者做事太愛急不能沉著冷靜的急切會誤事“ 死要面子 ”活受罪第五部分重新定位——明晰你的內在世界外向的你，開朗、激情、善於處理人際關係……這些都是你的優點，其實，這些優點都是外向者思維習慣常見傾向的表現，但自己可能並沒有意識到。
而外向的你，有必要瞭解自己的這種思維習慣，從中發現自我，重新定位，只有這樣才能找到施展自己才華、順應自身性格更有利的發展空間，綻放自己的光芒。
為目標義無反顧地努力相信自己的眼光，不被他人干擾富有挑戰性的領域更適合你做“ 雞頭還是鳳尾 ”要好好考慮理性估算“ 跳槽 ”的成本適合自己的就是最好的困難是外向者最好的老師換個思路，天地更寬廣在熱情過去之前趕緊行動承認不足，才能獲得更大的進步第六部分利用激情——走“ 外向式 ”成功奮鬥的路上，想要登上事業的高峰，努力與堅持是必不可少的法寶，對於外向的你來說，關鍵點還在於開朗與激情。
它不僅僅能夠帶給你做事的動力，也能夠幫助你抵禦一切艱難與險阻。
無所畏懼地向成功挺進行動起來才是巨人點燃激情才能超越平庸選定了目標就要堅持到底將分散的熱情集中到一個點上要敢幹而不是蠻幹發揮創新才能，做別人做不到的事虛心學習前人經驗，成功路上不停歇堅定自己的工作信念非常時刻，藏起受傷的自己 第七部分社交策略——保持“ 開放式 ”狀態社交達人，顧名思義就是朋友多。
多個朋友多條路，這個道理想必大家都懂，無論在生活還是工作中，的確需要廣交朋友。
對於外向者來說，自身就有開朗的優勢，發揮這種優勢，使得自己的朋友變多，路子自然也多了，事業成功的概率隨之也會增大。
信義，一筆潛在的財富 / 130做不到的事，不要輕易說 / 132會社交更要懂禮貌 / 133巧妙保住他人的面子 / 135善於傾聽是社交的秘訣 / 137退一步，路更寬 / 139以寬容的胸襟待人 / 141與人為善助人為樂的魅力 / 143套近乎才能更熱乎 / 145體察和理解他人的性格 / 147第八部分外向者的幸福——不以物喜，不以己

<<外向性格能量書>>

悲生活中有太多的東西，有太多的誘惑，外向者讓自己快樂，追求的就應該是逍遙自在，睜一隻眼，閉一隻眼，不能讓自己把身邊這個真實的世界看得太透徹。
生活中有很多不盡如人意的地方，但如果它們不太嚴重，又何必斤斤計較呢？
工作我們認真對待，生活之中，就不妨灑脫一些——不以物喜，不以己悲。
充分地享受快樂。
調整心態，無欲則剛 / 151順其自然，凡事不強求 / 153人生在世，難得糊塗 / 155捨得，先舍而後得 / 157放下貪念，讓幸福飛揚 / 159慾望越多，幸福越遠 / 161人生莫為世俗累 / 162忘掉失去的，珍惜擁有的 / 165追求一份寧靜豁達的心境 / 167原來，我們都很富有 / 169第九部分外向者一生受益的忠告外向者追求成功的心情比任何人都要迫切，他們在社會中奮鬥，在世界裡作秀，為了名利，犧牲了與家人共用天倫的時間；為了名利，肆意地揮霍著自己的青春；為了名利，置自身的健康於不顧。
然而到頭來，自己的生命中卻徒留遺憾。
在這裡，真誠地送給外向者一些忠告，希望外向者的世界更美好，明天更燦爛。
你將成為你想成為的人 / 173愛心勝過一切交際手腕 / 175即便遭受欺騙，也要更加積極地面對生活 / 177幸福是對彼此性格的包容和接納 / 179像經營事業一樣經營家庭 / 180擁有權力也不要膨脹 / 182保持生活的平衡 / 184養成終生學習的習慣 / 186別把不修邊幅當個性 / 188生活，平平淡淡才是真 / 189第十部分七分外向力，三分內向心大千世界，芸芸眾生，每時每刻都在上演著成功與失敗的悲喜劇。
而所有的成功與失敗，我們都可以從性格中找到其根源。
外向者得到的讚譽與稱讚多於內向者，內向者總是被大眾誤解性格不良或者弱勢。
可是，沒有人是完美性格，外向者也會有一定的缺點，內向者也會很有魅力，如果可以將二者性格結合，會迸發出不一樣的火花。
恆心+耐心=成功後的甘甜情緒+理性=內向的沉穩 圓滑處世→捕獲信任 言多必失→深思熟慮 克制衝動→內心自制力外向依賴→內向獨立優化性格→馬到成功 附錄完善外向者性格的測試你瞭解自己的個性嗎 脫衣服與性格測試 你的升級指數有多高 責任在你心中有多重要 你的心胸狹窄還是寬闊 你離完美還有多遠 檢測最近的精神狀態解讀你最真實的性格

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