

<<做人要有好心态>>

图书基本信息

书名：<<做人要有好心态>>

13位ISBN编号：9787122056207

10位ISBN编号：7122056201

出版时间：2009-8

出版时间：化学工业出版社

作者：宋豫书

页数：320

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>

<<做人要有好心态>>

内容概要

你不能左右天气，但你可以改变心情；你不能选择容貌，但你可以展现笑容；你改变不了事实，但你可以改变态度；你不可能样样顺利，但你可以事事顺心。

拥有一种积极进取的心态，胜过拥有一座金矿。

人生其实就是一种态度，拥有好心态的人，他的人生定会阳光灿烂。

本书通过大量生动有趣又寓意深刻的心态故事，向读者娓娓道来“做人要有好心态”的道理，帮助读者找出应对工作、生活、情感问题的正确心态和解决方法，以及面对挫折、欲望、需求时，怎样的心态才能驱赶阴霾，获得身体与心灵的健康与和谐。

<<做人要有好心态>>

书籍目录

第一章 对待自己好心态——相信自己并善待自己 心态故事：绿洲里的老者 一、人生可贵，需要善待自己 二、你认为你行，你就行 三、即便是小草也无须自卑 四、怀才不遇不是借口 五、自我反省也是自我提升 六、不苛求完美，但可无限接近 七、掌控自己，事事竭尽全力 八、把自己放在正确的位置 九、改变心态，就能改变世界

第二章 对待工作好心态——工作带给你的不仅仅是薪水 心态故事：你为什么不辞职 一、不要仅仅为了报酬而工作 二、勤奋永远是明智的选择 三、尽职尽责地对待工作 四、不能丢弃职业道德 五、不喜欢做的也要做好 六、执著于你的目标 七、用心做事，享受愉悦 八、适当为自己减压

第三章 对待挫折好心态——挫折让人生更完美 心态故事：跳下悬崖找活路 一、辉煌经由苦难打磨而来 二、挫折会让我们心情平静 三、把挫折当成财富，而非耻辱 四、找出失败的原因最重要 五、认清成功与失败的界限 六、失败只是结束的形式 七、失败为你积聚更大的潜能 八、大胆追求你的梦想

第四章 对待欲望好心态——知足生活才能常乐 心态故事：一个流浪乞丐的欲望 一、人们常有的15种欲望 二、知足能常乐，放下得轻松 三、识破欲望的陷阱 四、贪欲者必自毁 五、人若无欲品自高 六、有“舍”才有“得” 七、保持适当的心理欲望 八、人生目标的追求要合理

第五章 对待对手好心态——感谢对手让我们成功 心态故事：杰西·欧文斯和鲁兹·朗 一、对手给予你的不仅仅是竞争 二、多一个朋友不如少一个敌人 三、赶尽杀绝未必是上策 四、必要的时候要忍耐 五、成功不是打败别人 六、发挥优势让对手无法超越 七、与对手和谐相处 八、平衡与对手的关系 九、帮对手即是帮自己 十、对对手怀有感恩之心

第六章 对待婚恋好心态——悉心呵护的爱情才长久 心态故事：门楣上的木牌 一、用心领悟爱情的真谛 二、以良好的心态谈恋爱 三、好心态造就好婚姻 四、经营爱情也需要责任 五、宽容是爱情的精髓 六、保持适当的距离 七、调整心态，矛盾不解自开 八、猜疑是婚姻大敌

第七章 对待健康好心态——好心态是健康的灵丹妙药 心态故事：患癌症的老者 一、养身先养心 二、好心情是最好的健身良药 三、身体与情绪有着密切关系 四、心态平和对健康大有益处 五、接受自己的一切 六、不要总和自己较劲 七、懂得赞美自己

第八章 对待内心好心态——做自己的心理调节师 心态故事：土著人的“烦恼盒” 一、拥有乐观的思维 二、善良是永久的美德 三、心灵沉静时快乐悄然而至 四、微笑是最美好的语言 五、释放自己，人生不加框 六、山不过来，我就过去 七、充满热情，让精神归属快乐 八、记住命运给你快乐的权利

第九章 对待朋友好心态——朋友是第二个自我 心态故事：两个朋友去旅行 一、真诚投资朋友 二、朋友在精不在多 三、观其友，知其为人 四、以德服人，结交有德之友 五、学会宽容，与人为善 六、朋友之间也要保持距离 七、坦诚是化解友谊危机的良药 八、选错朋友是灾难的开始

第十章 对待上司好心态——让职业走向成功的基石 心态故事：小王的提升之路 一、与上司成为“好伙伴” 二、赞美上司而不是恭维 三、克服与上司沟通的障碍 四、与上司交往要把握尺度 五、与上司沟通也要坦诚 六、注意说话技巧 七、掌握说服上司的技巧 八、如何向上司请示、汇报 九、学会与不同类型的上司相处 十、当上司比自己小时

<<做人要有好心态>>

章节摘录

第一章 对待自己好心态——相信自己并善待自己 三、即便是小草也无须自卑 自卑是一种可怕的消极情绪，其实任何人也无须自卑，每个人都有自己的特点，重要的是要认识到自身的长处。而且，只要你专注努力，你可以干好任何一件事情。认为别人总比自己强，自己处处不如人，这是一种病态心理。我们一定要克服自卑，将自己塑造成为一个自信的人。

有一个农夫整天埋怨自己的命运不好，一辈子都是农夫，被别人看不起，他感觉自己的地位很卑微。

有一天，他弓着腰在院子里清除青草，因为天气很热，所以他脸上不停地冒汗，汗珠一滴一滴地流了下来。

“可恶的青草，假如没有这些青草，我的院子一定很漂亮，为什么要有这些讨厌的青草来破坏我的院子呢？”农夫这样嘀咕着。

有一棵刚被拔起的小草正躺在院子里，它回答农夫说：“你说我们可恶，也许你从来就没有想到过，我们也是很有用的。

现在，请你听我说一句吧，我们把根伸进土中，等于是在耕耘泥土，当你把我们拔掉时，泥土就已经是耕过的了。

下雨时，我们防止泥土被雨水冲掉；在干涸的时候，我们能阻止强风刮起沙土。

我们是替你守卫院子的卫兵。

如果没有我们，你根本就不可能享受赏花的乐趣，因为雨水会冲走你的泥土，狂风会吹走花的根基...你在看到花儿盛开时，能不能记起我们青草的好处呢？

” 一棵小草并没有因为自己的渺小而自卑，农夫对小草不禁肃然起敬。

他擦去额上的汗珠，然后微笑了。

<<做人要有好心态>>

媒体关注与评论

失败也是我需要的，它和成功一样对我有价值，只有在我知道一切方法都做不好以后，我才知道做好一件事的方法是什么。

——爱迪生 逆境给人宝贵的磨练机会。

只有经得起环境考验的人，才能算是真正的强者。

——松下幸之助 把敌人化为朋友，不是最好的消灭敌人的方式吗？

——林肯 蜜糖可以使味觉麻木，不太热烈的爱情才能维持久远。

——莎士比亚 生活是不公平的，你要去适应它。

当你发觉生活并非像你所想像的那样进行时，学会适应才是一条万用法则。

——比尔·盖茨 大凡君子与君子，以同道为朋；小人与小人，以同利为朋。

——欧阳修

<<做人要有好心态>>

编辑推荐

面对生活，有人积极热情，有人消极冷淡；面对失败，有人一笑而过，有人愁容满面；面对人生，有人信心百倍，有人垂头丧气。人与人之间原本只有微小的差别，但不同的心态却造成了巨大的差异。可见，不同的心态可以“遥控”出不同的产物，让我们写下不同的人生。

<<做人要有好心态>>

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>