

<<好心态好命运心理咨询>>

图书基本信息

书名：<<好心态好命运心理咨询>>

13位ISBN编号：9787502831653

10位ISBN编号：7502831657

出版时间：2007-8

出版时间：地震出版

作者：刘迎泽

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>

<<好心态好命运心理咨询>>

内容概要

本书综合了人生中一些成功的经验和失败的教训，归纳出成就一个人一生的各种好心态，包括积极进取的心态、开拓创新的心态、自我信任的心态、百折不挠的心态等。在阐述这些好心态时，用大量生动有趣、富有哲理性的故事，深入浅出地娓娓道来，让你在轻松的阅读中获得心灵的启悟与升华。

书籍目录

积极进取的心态明确的目标对心态的重要影响进取者不会逃避责任心态影响人的视野不进步即意味着倒退正确摆放我们的目光“笨孩子”也能成为伟人拖延只能换来疲劳改变犹豫不决的心态半途而废不如不做要重视第一印象的作用暗示的心理作用摆脱依赖心态的束缚算命的心理学揭示充实空虚的心态回忆不是生活的主题克服懒惰的心态时刻保持心理积极性宣泄情绪调整心态调整心态要防微杜渐开拓创新的心态创新是一种心态破除思维定势从众心理阻碍创新要自觉地更新观念要有怀疑的精神直觉是创新的源泉培养直觉能力学习是创新的基础刻意模仿是创新的大忌科学评估自己的创新意识思维是人类最宝贵的能力灵感只能在思考中出现新颖的想法会在睡梦中出现打破定势思维逆向思维创造奇迹“邯郸学步”不可学破除逻辑思维定势创新也是冒险因势而动，掌握主动掌握激发创新心态的方法自我信任的心态态度决定人生的价值自我意识是模糊的正确地认识自我自信心态能改变人生不要给自己设限挣脱内心的枷锁摆脱他人的束缚放弃也是自信的表现人要自觉地生活求人不如求己谦虚才是真正的自信培养谦虚的心态提升个体的自信心克服羞怯的心态吸引别人的注意整容一定要慎重不必为弱点而忧虑自卑是心理困扰之源破解自卑的心障不必杞人忧天百折不挠的心态挫折感的由来挫折会使人丧失斗志挫折的积极作用积极心态是最后防线成功者要学会忍耐自杀不是勇敢者的选择耐得住人生的寂寞要从萎靡不振中解脱出来人生不能自暴自弃改变导致失败的性格挫折具有激励人心的力量应对挫折的心理方法从黑暗中拯救自己将困难视作机遇现代人的压力越来越大压力压垮身心缺乏压力会使人疲倦要有坚强的意志力以乐观心态面对失败掌握突破困境的方法知足常乐的心态欲望不容易被满足由俭入奢易，由奢入俭难吃亏是福适合自己的才是最好的人生价值是超过你的想象的以平常心对待富人要经常心存感激让慷慨战胜吝啬知足者可以获得更多过度关注会事倍功半找准自己的位置心理饱和，过犹不及跳出贪婪的黑洞宽容是对待自我的心态保持心态的放松完美者不一定有人缘追求应当适可而止不要追求尽善尽美豁达是智者的胸怀学会自我控制与人为善的心态真诚是为人之本宽容不等于软弱化解对立的情绪人需要互相帮助学会与人分享最好的礼物自私是人性最大的弱点自私行为代价高昂无私的幸福最持久不要苛责别人正确对待别人的批评人总爱将功劳归于自己勿以个人的爱憎对待他人换位思考不容易让人答应自己的请求人都会心生同情增强移情的能力解除猜疑的心迹嫉妒是最顽固的消极心态报复只能带来加倍的痛苦敬业乐群的心态切忌将工作视为苦役在工作中投入最大的精力以主人心态对待工作工作与兴趣脱节大有危害在工作中寻找快乐选择职业一定要慎重工作中要有效率观念争取升迁的机会跳槽前要做好的心理准备不要做工作的奴隶融入团队，促进工作效率人际间不能过于亲密“自己人”好办事努力促进合作提高你的亲和力克服独来独往心态办公室中的言语策略恰当处理工作之外的人际关系适者生存依靠才能领导下属乐观豁达的心态乐观总比悲观好笑声带来积极心态扮演好自己的角色幸福来源于右脑祛除心中的烦躁追求淡然恬静的生活热忱的心态可以感染他人浮躁的心态不可取坦然放弃已经造成的损失战胜虚荣的心态不要“打肿脸充胖子”要心存美好的期盼积极对待不幸的事件适应现实平静对待世上的不公平积极地追求快乐孤独感是“自找的”摆脱不快乐的心情消除悲观的想法用乐观驾驭悲观冷静客观的心态冷静分析成败原因直觉有时会犯错不要以貌取人不要固执己见选择多不是好事情选择是件痛苦的事情做出正确的选择让目标变得更现实保持稳健的作风克制冲动的心态欲速则不达意外之财去得快风险面前保持理智正视环境的限制最高效的工作安排合理处置愤怒的心态恐惧是无知的影子迅速地消除烦恼不要有侥幸的心态平衡理智与情绪化心态家庭和睦的心态情人眼里出西施选择合适的配偶单身贵族的造就了解你的妻子了解你的丈夫婚姻不是爱情的“坟墓”正确应对婚姻与爱情的冲突消除对婚姻的恐惧爱人之间也要留有空间夫妻间需要“爱屋及乌”家庭管理的保障合理平衡家庭与事业心防止金钱破坏家庭幸福婚姻无法维系的缘由“红杏出墙”为哪般再婚者要防范的不良心理望子成龙不如顺其自然家庭教育的心理误区填平家庭中的代沟

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>