

<<学会开发人生潜能>>

图书基本信息

书名：<<学会开发人生潜能>>

13位ISBN编号：9787508235103

10位ISBN编号：750823510X

出版时间：2005-8

出版时间：金盾出版社

作者：华蕾蕾

页数：185

字数：162000

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>

<<学会开发人生潜能>>

内容概要

人类究竟有多大潜能？

开发潜能的意义何在？

潜能如何开发？

本书从这些问题入手，多角度阐述了人生发展与潜能的关系，并结合实际详尽介绍了情感潜能、智力潜能、身体潜能、社会活动潜能的开发途径和开发技巧。

同时，辅以具体的事例，生动地诠释了潜能对于人生成功的重要意义。

<<学会开发人生潜能>>

书籍目录

1、你到底有多大潜能 人类的潜能是无限的 1. 人类潜能的特点 2. 人的潜能究竟有多大 3. 从生理学看人脑 积极的心态激发潜能 1. 不同的心态导致不同的人生 2. 消极心态是开发潜能的最大障碍 3. 积极心态是成功的发动机 了解自己的创造潜能 1. 让思维更具创造性 2. 测测你的创造潜能 3. 发散性思维的贡献 4. 发散性思维能力测验2、情感潜能左右人的成败 正确的价值观是潜能开发的助推器 1. 自信为潜能提供动力 2. 信念与行为的相互作用 3. 自己才是命运的主宰 4. 成功人士的信念 5. 改变命运首先从观念和心态开始 6. “超我观想”及训练方法 磨砺意志，放飞潜能 1. 坚定的意志才能达成目标 2. 用意志调控情绪 3. 保持乐观，远离沮丧 确定目标，提升潜能 1. 寻找自己的人生目标 2. 规划合理的目标 3. 坚定目标不动摇 4. 给自己适当的暗示 5. 测试题：你是悲观主义者吗3、开发智力潜能的有效途径 集中注意力是“智胜”之源 1. 难以集中注意力的原因 2. 提高儿童注意力的方法 3. 如何提高成年人的注意力 有效利用信息能快速提升智能 1. 信息是一种资源 2. 知识、智慧与智力 3. 分析问题和解决问题能力 4. 沟通、交流与合作 5. 信息爆炸与学习革命 6. 快速阅读及其训练 思考出智慧 好记忆力使人更聪明 创新思维是登天之梯4、开发身体潜能的宝库5、开发社会活动潜能主要参考书目

<<学会开发人生潜能>>

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>