

<<上好挫折这一课>>

图书基本信息

书名：<<上好挫折这一课>>

13位ISBN编号：9787511322739

10位ISBN编号：7511322735

出版时间：2012-6

出版时间：中国华侨出版社

作者：王洪

页数：255

字数：218000

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>

## <<上好挫折这一课>>

### 内容概要

你如何对待生活，生活就如何对待你。  
挫折对于每个人的意义，取决于我们每个人如何看待它。  
如果我们视挫折为洪水猛兽，为之色变，那么挫折对我们来说就是最可怕的敌人。  
如果我们视挫折为人生的课堂，那么挫折对我们来说就是最好的老师。  
用平和的心态去看待挫折，挫折就不再对我们构成任何威胁，用乐观的心态去对待挫折，挫折回报给我们的也将是快乐和安宁。

## <<上好挫折这一课>>

### 书籍目录

#### 第一章 挫折是人生的必修课

对于每个人的一生来说，挫折和困难总是如影随形，人生当中随时随地都可能遇到挫折。

事实上，挫折对于人生来说并不仅仅意味着失败和痛苦，它也是人生的另外一种风景，是人成长锻炼的过程。

如果你能够正确看待挫折，把挫折看成是人生一次受教育的机会，那么挫折回赠给你的，将是取之不尽的人生财富，是重塑自我的绝好机会。

让我们认识挫折，正视挫折，端正自己的心态去迎接挫折，上好这堂人生的必修课，为我们未来成功奠定基础。

人生不如意十之八九

挫折是人生必然要面对的

人生的路，有鲜花也有荆棘

没有挫折的人生是不完整的人生

挫折是人生重重考验的关口

挫折和失败是人生的先导

挫折只是一种心理状态

挫折是人生的一堂必修课

#### 第二章 挫折是人生中一笔宝贵的财富

世人都逃避挫折，害怕挫折，但是岂不知挫折却是人生当中一笔宝贵的财富，只是很少有人能够真正认识到它的价值。

只有那些身经百战，独具智慧的人才能够参透挫折当中所包含的哲理和意境。

事实上，挫折比顺境更能够帮助人们尽快成熟、成功--挫折能够让你更清醒地认识自己，挫折让你能够尽快改变自己，挫折也能够让你学会如何坚持和勤奋，通过自己的努力去达到自己的目标。

因此，我们都不要小看挫折，而是应该正视挫折，感谢挫折。

只有这样，我们才能得到真正的成功。

挫折让你更清楚地认识自己

挫折能够帮助你尽快成长

挫折能让你不断改变自己

挫折让你学会谨慎小心

挫折让你学会自我激励

挫折让人有坚强的承受力

挫折教人乐观面对各种困境

挫折让人懂得如何成功

#### 第三章 挫折对强者而言是一块垫脚石

#### 第四章 以积极的心态面对挫折

#### 第五章 理智冷静面对挫折，抛却不良情绪

#### 第六章 自信是战胜挫折的第一要义

#### 第七章 淡化挫折，挫折就对你没有杀伤力

#### 第八章 坚韧助你走出挫折和困境

#### 第九章 乐观豁达，让挫折远离你

#### 第十章 痛定思痛，从挫折中站起来

#### 第十一章 转变思维，从挫折中寻找转机

#### 第十二章 战胜挫折需要不断自我超越

<<上好挫折这一课>>

## &lt;&lt;上好挫折这一课&gt;&gt;

## 章节摘录

挫折就像是一个分水岭，它总是对那些热情和勇敢的人让步，让他们通过，而对于那些软弱和怯懦的人，它就会让他们永远待在失败的阴影里，悔恨终生。

灯是人类征服黑夜的一大发明。

19世纪前，人们用油灯、蜡烛等来照明，这虽已冲破黑夜，但仍未能把人类从黑夜的限制中彻底解放出来。

只有发电机的诞生，才使人类能用各色各样的电灯使世界大放光明，把黑夜变为白昼，扩大了人类活动的范围，赢得更多时间为社会创造财富。

真正发明电灯使之大放光明的是美国发明家爱迪生。

他是铁路工人的孩子，小学未读完就辍学，在火车上卖报度日。

爱迪生是一个异常勤奋的人，喜欢做各种实验，制作出许多巧妙机械。

他对电器特别感兴趣，自从法拉第发明电机后，爱迪生就决心发明电灯，为人类带来光明。

爱迪生在认真总结了前人发明电灯的失败经验后，制订了详细的试验计划，分别在两方面进行试验：一是分类试验1600多种不同耐热的材料；二是改进抽空设备，使灯泡有高真空度。

他还对新型发电机和电路分路系统等进行了研究。

爱迪生将1600多种耐热发光材料逐一地试验下来，唯独白金丝性能最好，但白金价格贵得惊人，必须找到更合适的材料来代替。

1879年，几经实验，爱迪生最后决定用炭丝来作灯丝。

他把一截棉丝撒满炭粉，弯成马蹄形，装到坩锅中加热，做成灯丝，放到灯泡中，再用抽气机抽去灯泡内空气，电灯亮了，竟能连续使用45个小时。

就这样，世界上第一批炭丝白炽灯问世了。

1879年除夕，爱迪生电灯公司所在地洛帕克街灯火通明。

为了研究电灯，爱迪生在实验室里常常一天工作十几个小时，有时连续几天试验，发明炭丝作灯丝后，他又接连试验了6000多种植物纤维，最后又选用竹丝，通过高温密闭炉烧焦，再加工，得到炭化竹丝，装到灯泡里，再次提高了灯泡的真空度，电灯竟可连续点亮1200个小时。

电灯的发明，曾使煤气股票3天内猛跌12%。

.....

<<上好挫折这一课>>

媒体关注与评论

挫折对于天才是一块垫脚石，对能于的人是一笔财富，对弱者是一个万丈深渊。

——（法）巴尔扎克            卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不饶。

——（德）贝多芬            失败也是我需要的，它和成功对我一样有价值，只有在我知道一切做不好的方法以后，我才能知道做好一件工作的方法是什么。

——（美）爱迪生            我们关心的，不是你是否失败了，而是你对失败能否无怨。

——（美）林肯            “不耻最后”。

即使慢，弛而不息，纵会落后，纵会失败，但一定可以达到他所向的目标。

——鲁迅            患难困苦，是磨炼人格之最高学校。

——梁启超            挫折是坚忍的最后考验。

——斯麦

<<上好挫折这一课>>

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>