

<<幸福是一种心态>>

图书基本信息

书名：<<幸福是一种心态>>

13位ISBN编号：9787550601376

10位ISBN编号：7550601372

出版时间：2011-2

出版时间：凤凰

作者：黎丹正

页数：277

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>

<<幸福是一种心态>>

内容概要

洪昭光说过：人与人之间，最大的不同在于心态。那些事业有成者、生活幸福者和普通人、失败者相比，无论做人还是做事，主要就在于心态保持得好。心理平衡对于身体健康、工作都起着关键作用。

《幸福是一种心态（最新版）》稿针对人们在工作、生活中遇到的典型心理问题，如心累、悲观、自卑、婚姻关系紧张、工作乏味、人际矛盾、气愤等，以传统调节心态的智慧，结合心理分析理论，贴近生活，实例点拨。

启发人们培养宽心、宽容、付出、舍得、感恩、平常心的心态。

<<幸福是一种心态>>

作者简介

黎丹正，传媒人，心理学者。

畅销书《幸福是一种心态》、《幸福在当下》作者，都市报“情感·心灵”专栏作者。

关注“心灵环保”，主张“心灵低碳”，倡导“心灵减排”，保持心灵的绿色及生命质量的可持续发展。

<<幸福是一种心态>>

书籍目录

序 幸福真的有方法可寻第一章 心态不好活得累不摆正心态就会感觉事事不如意有时候竟然想骂人每朵花都有盛开的理由工作枯燥是因为心没有更新自卑也是一种动力物质不等于安全感高不成低不就的尴尬人生其实,适合你的人很多幸运是自己行动的结果第二章 放宽自己的眼界苦与乐,在于自己的心态悲观是一种习惯好心态胜过好医生机遇就在你身边女人不要把自己圈起来一次创伤可能是一种启发与世界和解,学会接受不完美困难来临时学会把自己归零你是这个世界的惟一第三章 做人不妨“傻”一点傻一点,被幸福追着跑精明了自己 失意了人生“俗”女人人爱钝感,让人际关系更和谐示弱其实是一种智慧吃点眼前亏 享受长远福“算了吧”、“不要紧”与“没关系”凡事都往好处想一想懂得装傻的女人最幸福第四章 困境正是成长之路辛苦才不心苦积极心态,为自己制造境遇别人并不比你好多少长得不好看也没关系有梦想的人心态才年轻别让自己成为拉磨的驴子是才华总会被人发现男女之情不是生活的全部生气不如争气 翻脸不如翻身第五章 把工作当成人生修炼心态,也是核心竞争力薪水不是工作的全部先解决心情 再解决事情像老板一样去思考压力过低人变笨换工作不如换思维学会找乐趣 不然很受罪把职业当成事业坚持下去,就有好运气女人的美丽一半来自工作第六章 婚姻是退一步的游戏第七章 幸福来自平常心第八章 好命运青睐情商高的人第九章 珍惜当下,心存感恩第十章 人生观是幸福的终极密码

<<幸福是一种心态>>

编辑推荐

人与人之间，最大的不同在于心态。
一定要保持阳光心态，它是最好的保健药。

宣传短语： 于丹：决定人生成功的，绝不仅仅是才能和技巧，而是一个人面对生活的心态。
《论语》的精华之一，就是告诉我们，如何用平和的心态来对待生活中的缺憾与苦难。

星云大师：心态若不改，而风水、行业、名字等再怎么改，也改不了命运。

<<幸福是一种心态>>

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>