

《成功人士必修的心态课》

图书基本信息

书名：《成功人士必修的心态课》

13位ISBN编号：9787802035553

10位ISBN编号：7802035554

出版时间：2008-6

出版社：中国妇女出版社

作者：王朝晖,袁凤东

页数：231

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《成功人士必修的心态课》

内容概要

《成功人士必修的心态课(最新版)》为所有想成功成就人生价值的人提供成为成功人士的必修心理课程。让他们以正确的思维方式规划人生。不管男人还是女人，谁都有出人头地成就一番事业的愿望，期望在各项工作中取得成功。“成功”意味着将自己的天分与潜在的能力发挥出来，以实现自己的人生价值。

《成功人士必修的心态课》

书籍目录

第一章 成功从完善自我开始一、成功之路是由目标开始的二、以正确的思维方式规划人生三、准确的自我定位四、事业的先导是梦想五、大目标与小目标六、活在当下七、天道酬勤八、摆正生活的目光九、保持谦逊才能快乐十、凡事往好处想十一、有耐心的人无往而不利十二、勇敢的坚持者十三、接受真实的自己十四、向上看十五、跌倒了爬起来十六、要勇于冒险十七、赢家的态度十八、自信的人，魅力自生十九、人不能太自私二十、有信念的人不会老二十一、保持身体健康二十二、健全心理，才健康二十三、历练我们完美的人格第二章 成功做人才是真的成功一、储蓄人生二、谋划自己的人生三、找师傅指点四、多找点“靠山”五、冷庙烧香交贵人六、交“真”朋友七、朋友的圈子八、如何与人相识九、你会鉴别朋友吗十、不要过于亲密了十一、奉献与回报，需要平衡十二、与成功者合作十三、几种不能合伙的人十四、让妻子助你成功十五、婚姻是一场博弈第三章 成功的事业是成功的极致一、随时把握机会二、是机会放弃你，还是你放弃机会三、走出家门四、有些野心更可爱五、想到就做六、不要贬低自己七、相信运气，不如相信自己八、贫穷就是动力九、积累你的本钱十、谁是环境的奴隶十一、准备越充分事情越顺利十二、你对财富有欲望吗十三、你是不是当老板的材料十四、成功商人六要素十五、大钱从小钱开始十六、跟成功者学十七、门外汉与门内汉十八、竞争才是硬道理十九、竞争三定律二十、竞争的心态与策略二十一、自我表现才有更多机会二十二、做个专家二十三、忍就忍到底二十四、一步一步走第四章 成功一定不能缺少智慧一、大路车多走小路二、直路不通走弯路三、换个角度看问题四、扬长避短求对策五、把问题倒过来看六、找到正确的位置七、另辟蹊径的机智八、简单处理危机九、非常时期要敢于打破常规十、关键时刻要保持冷静十一、当众拥抱你的敌人十二、以低姿态化解别人的嫉妒十三、遭人暗算了怎么办十四、危机意识不能少十五、一叶落而知天下秋十六、有备无患很重要十七、吃苦与吃补十八、人的脚比路要长十九、中年更要跑二十、青年莫轻抛二十一、车到山前未必有路二十二、工作是生命的一种需要二十三、时间决定成败第五章 成功激发自己的潜能一、开发潜能就像开发宝藏二、将目标视觉化三、想象自己达到目标四、要有强烈的成功欲望五、运用你的潜意识六、多给自己正面、积极的暗示七、做一个理性的思考者八、将注意力聚集在一点九、头脑一定要保持清醒十、遇事学会三思而后行十一、做人要学会自我反省十二、吃一堑，长一智十三、找到正确行动的方法十四、逆境的三种类型十五、懂得放弃，舍才会有得十六、你在追求什么十七、知道自己“有限”十八、别让理想与追求成为一种负担十九、做事不能过于固执二十、跟上时代脚步二十一、放弃是一门艺术二十二、弃车保帅二十三、上错舞台演不出好戏二十四、任何时候都不要舍弃生命第六章 成功需要不断地学习和工作一、“混”个高学历二、学历重要，能力更重要三、报考大学要考虑周全四、选择有前途的专业五、知识是永远的财富六、掌握四种最起码的本事七、条条大路通罗马八、让工作成为一件乐事九、正确看待自己的专业十、筹集事业的资本十一、把握好职业方向十二、没有兴趣的事不要碰十三、打入公司的主流群体十四、赢得高薪不过如此十五、了解上司的个性与领导风格十六、以老板的利益为重十七、把话烂在肚子里十八、关键时刻露一手十九、踏踏实实往上爬二十、人事变动前的“热身”活动二十一、改变你人生命运的五个瞬间二十二、如何向上司要求升职加薪二十三、自我推销十六招二十四、要投奔赏识自己的上司二十五、此事不可轻易做

章节摘录

十一、有耐心的人无往而不利 一个人，不管他经受了多少打击，也不管他经历了多少苦难，只要他有耐心，有毅力，一旦爱的阳光照耀在他的身上，他便能治愈创伤，便能获得希望，便能重新萌生出新的生机，哪怕是在荒凉恶劣的环境里，也依然能够放射出自己的光和热。富兰克林说：“有耐心的人无往而不利。” 如何培养耐心？很简单，只要你确定人生的目标，专注于你的目标，心里充满旺盛的企图，那么你所有的思想、行动及意念都会朝着那个方向前进。耐力是不管发生了什么情况，你必须具有坚持把工作完成到底的能力。耐力是身体健康和精神饱满的一种象征，这也是你发展成为别人的领导者并赢得卓越的驾驭能力所必需的一种个人品质。 实际上，忍耐力是与勇气紧密相关的。是当事态真正遇到困难时你所必备的一种坚持到底的能力，是需要跑上几公里还得百米冲刺的能力。所以不要沉湎于会降低你的身体和精神效率的活动。比如说吸烟过多，如果不能武断地说会影响你的健康，至少也可以说会影响你呼吸系统的正常运行。饮酒过量也会降低你身体的忍耐力，会降低你清晰思考的能力，也会降低大脑发挥正常作用的能力，最终会导致体力和脑力的剧烈恶化，而且会越来越严重。几乎没有哪个喝酒过量的人会成为成功的管理人员或者拥有高超的驾驭能力。事实上，有不少已经获得了成功的人由于嗜酒成癖，最后反受其害，从领导或负责人的地位上跌落下来。

当你身体的忍耐力、你的健康，乃至你的生活都失去常态的时候，你的大脑就不可能进行正常的思维和发挥正常的作用，不管这种失常是由于饮酒、吸毒，或者是由其他一些原因造成的。你不妨尝试一下，看看在你觉得身体不适之时，或者喝了酒之后，能否做出一个正确而又及时的决策。

培养体育锻炼的习惯，锻炼有助于增强你的体质，健康的体魄是你谋取财富的第一个物质基础。对于一个成天忙于怎样赚钱的人，进行体育运动是最合适不过的了。不管是什么类型的体育锻炼，只要你能持之以恒，都会增强你的体质，而且运用超负荷的原则还可以增加你的忍耐力。 超负荷的原则早已被实践所证明，肌肉的发达程度是根据你增加给肌肉的压力决定的，随着你给肌肉承受的压力不断增加，肌肉所能承受的压力也在不断加强。 超负荷的原则也可应用于精神状态上。通过不断地强迫自己去做一些紧张地脑力劳动来考验我们的精神忍耐力。当你疲劳至极，精力殆尽时，你还要强迫自己工作，这是一条学会在极大压力下还能继续进行工作的方法。以我们最佳的体力和智力状态完成各项工作。这通常是对你的忍耐力的最好考验，这也是保持勇气、保持耐力的一种方法。

一位著名的推销大师即将告别他的推销生涯，应行业协会和社会各界的邀请。他将在该城中最大的体育馆做告别演说。 演说当天，会场座无虚席，人们在热切地、焦急地等待着当代最伟大的推销员做精彩的演讲。当大幕徐徐拉开，舞台的正中央出现了一个巨大铁球。为了这个铁球，台上搭起了高大的铁架。

推销大师在人们热烈的掌声中走了出来，站在铁架的一边。两位工作人员，抬着一个大铁锤，放在大师的面前。主持人对观众讲：请两位身体强壮的人到台上来。好多年年轻人站起来，转眼间已有两名动作快的跑到了台上。大师告诉他们游戏规则，请他们用这个大铁锤去敲打那个吊着的铁球，直到把它荡起来。

一个年轻人抢着拿起铁锤，拉开架势，抡起大锤，全力向那吊着的铁球砸去，一声震耳的响声，铁球纹丝不动。他接着用大铁锤接二连三地砸向吊球，很快他就气喘吁吁。另一位也不示弱，接过大铁锤把铁球打得叮当响，可是铁球仍旧一动不动。台下逐渐没了呐喊声，观众好像认定那是没用的，就等着大师做出解释。会场恢复了平静，大师从上衣口袋里掏出一个小铁锤，然后认真地对着那个巨大的铁球敲打起来。他用小锤对着铁球“咚”地敲一下，然后停顿一下，再一次用小锤“咚”地敲一下。人们奇怪地看着，大师就这样持续地做着。10分钟过去了，20分钟过去了，会场早已开始骚动，有的人干脆叫骂起来，人们用各种声音和动作发泄着他们的不满。大师仍然敲一小锤停一下地工作着，好像根本没有听见人们在喊叫什么。人们开始忿然离去，会场上出现了大片大片的空缺。

大概在大师敲打了40分钟的时候，坐在前面的一位妇女突然尖叫一声：“球动了！”刹那间会场鸦雀无声，人们聚精会神地看着铁球以很小的幅度动了起来，不仔细看很难察觉。大师仍旧一小锤一小锤地敲着，铁球在大师一锤一锤的敲打中越荡越高，它拉动着铁架子“哐哐”作响，它的巨大威力强烈地震撼着在场的每一个人。终于场上爆发出一阵阵热烈的掌声，在掌声中大师转过身来，慢慢地把小锤揣进兜里。大师开口讲话了，他只说了一句话：“在成功的道路上，你如果没有耐心去等待成功的到来，那么，你只好用一生的耐心去面对失败。”

十二、勇敢的坚持者 古罗马哲学家塞尼卡有句名言：“真正的伟人，是像神一样无所畏惧的凡人。”谁能以不屈的精神对待生活中的不幸，谁就能最终克服不幸。在不幸事件面前越是坚强，越能减轻不幸事件的打击。 贝多芬以他那孤独痛苦、然而又是热烈追求的一生，给世界留下一句名言：“用痛苦换来欢乐”，它曾经

《成功人士必修的心态课》

鼓舞无数人奋起和自己的不幸进行斗争。一个人只要能在任何情况下都勇敢地面对人生，无论遭遇到什么，依然保持生活的勇气，保持不屈的奋斗精神，他就是生活中的强者，一个真正刚强的人。

福克斯是一个很有钻研精神的年轻人。有一天，他在饭店吃饭时，发现一件令他惊异的事情：碗里的豆芽菜和他平时所看到的豆芽菜有着明显的差别。

福克斯以往所看到的豆芽菜，都是细细小小黄黄的，而他这次吃到的豆芽菜却是又大又肥又白。好奇的福克斯不由自主地想要一探究竟。几经辗转，福克斯才找到豆芽菜的产地，询问生产豆芽菜的老农，如此与众不同的豆芽菜是怎样培育出来的。

不善表达的老农，带着福克斯来到他们培育豆芽菜的地方。福克斯看到，正在生长的豆芽菜苗上，压着一块块笨重的巨石，而为了要生长，豆芽菜苗必须加倍地努力抗争。福克斯注意到，旁边有一些没有用巨石压着的豆芽菜苗，形状是细细小小黄黄的，而那些巨石底下长出来的豆芽菜，则长得肥胖茁壮。

离开工厂，想着两种不同环境下培育出来的豆芽菜，福克斯若有所思，开始思考自己养尊处优的成长环境。

没有一个人天生来刚毅，也没有一个人不可能培养出刚毅的性格。我们不要神化强者，以为自己成不了那种钢铁般坚强的人。其实，普通人所有的犹豫、顾虑、担忧、动摇、失望，在一个强者的内心世界也都可能出现。伽利略屈服过，哥白尼动摇过，奥斯特洛夫斯基想到过自杀，但这并不排除他们是坚强刚毅的人。

刚毅的性格和懦弱的性格之间并没有千里鸿沟，刚毅的人不是没有软弱，只是他们能够战胜自己的软弱。下定决心坚持到底，局面越是棘手，越要努力尝试。

《成功人士必修的心态课》

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：www.tushu111.com