

# 《内向性格如何秀出自己》

## 图书基本信息

书名：《内向性格如何秀出自己》

13位ISBN编号：9787802139893

10位ISBN编号：7802139899

出版时间：2011-6

出版社：海潮

作者：林染

页数：263

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](http://www.tushu111.com)

# 《内向性格如何秀出自己》

## 前言

好性格决定好命运 一只木桶到底能盛多少水，取决于桶壁最短的那块木板；一根链条，最脆弱的一环决定其强度；一个人，性格最差的一面影响其前程。人生最大的问题之一就是性格问题。有不少内向性格的人常常会觉得自己很吃亏，认为自己这种性格不能适应社会，并经常会为自己的内向性格而感叹，进而会羡慕外向性格的人。其实，任何一种性格都具有自身的优势，也有自身的劣势。人的性格犹如一枚硬币的两面，从这面看是优点，从另外一面看就成了缺点。也就是说，我们每个人都没有所谓绝对的优点和缺点，只有特点。自信是优点，过度了，就成了自负，变成了所谓的缺点，物极必反。内向性格的人也不例外。如何发现自己性格中的长处并发扬它，发现自己性格中的弱点并克服它，将是挑战自己的关键。这正如一位哲人曾经说过的：“要么你去驾驭性格，要么让性格驾驭你。能否控制性格将决定谁是坐骑，谁是主人。”我们生活在五颜六色的社会，社会总是推崇某些性格模式。虽然性格无好坏，但是在展示职场成就方面，却有的“游刃有余”，有的“力不从心”。在现实中，性格内向的人在企业的发展机会相对较少，职位上升的空间也十分狭窄。换句话说就是，企业对性格内向的人包容性很低，许多性格内向的人很难有大的发展。拒绝内向，你或许不会变得更优秀！但是肯定会有更多的人认为你很优秀！打工皇帝唐骏的4+1理论认为——性格+智慧=成功 性格+勤奋=成功 性格+激情=成功 性格+机遇=成功 四条通往成功的道路各不相同，但是性格是相同的，从性格开始。改造自己的性格是无数成功者都经历过的过程。曾国藩穷其一生都在和自己的性格弱点斗争，终于将自己锻炼成了古今罕见的儒将能臣。反过来说，一个人如果一味迁就自己的不良习惯和不良性格，终究难以在成功的道路上登堂入室。前人的经验告诉我们，性格不仅可以改变，而且必须优化。什么是好性格，把你喜欢10个人的性格加起来，转化为自己的性格就是好性格。但好性格从来就不是一蹴而就的，需要磨砺。人的一生是自我塑造、自我完善的一生。磨砺性格的主要目的，就是要克服不良性格，实现性格优化的转变。正如一个心理学家所说的，性格即命运，命运需要主动，性格需要打磨。

# 《内向性格如何秀出自己》

## 内容概要

《内向性格如何秀出自己》内容简介：人的性格犹如一枚硬币的两面，从这面看是优点，从另外一面看就成了缺点。也就是说，我们每个人都没有所谓的优点和缺点，只有特点。我们生活在五颜六色的社会，社会总是会推崇某些性格模式。虽然性格无好坏，但是企业对性格内向的人包容性很低，许多性格内向的人很难有大的发展。

成功是偶然还是性格使然？不管怎样，往积极的性格方向发展，就会让我们更接近成功。一只木桶到底能盛多少水，取决于桶壁最短的那块木板；一根链条，最脆弱的一环决定其强度；一个人，性格最差的一面影响其前程。

# 《内向性格如何秀出自己》

## 书籍目录

好性格决定好命运（代序） / 1

一、内向者的内心世界 你是一位性格内向的人吗？ / 3 都是“内向性格”惹的祸吗？ / 5 为何让“内向”充当“替罪羊” / 8 你是爱脸红的“含羞草”吗？ / 10 你能从自卑的阴影中走出来吗？ / 13 你是妄自菲薄的可怜虫吗？ / 16 你能立刻适应新环境吗？ / 18 你能在严肃的场合放松自己吗？ / 20 你能体会社交礼仪的微妙之处吗？ / 23 你会因“偏见”迷了你的眼睛吗？ / 25 你时时在疑心他人吗？ / 28

二、人的性格具有可塑性 人有千面，性格各异 / 33 内向性格的成因之一——遗传 / 36 内向性格的成因之二——家庭 / 39 内向性格的成因之三——环境 / 42 内向性格的成因之四——经历 / 43 性格折射出人的气质 / 45 性格与能力的相互影响 / 47 智商与性格的非正比关系 / 48 性格决定人的命运 / 50 人的性格是可以改变的 / 53 习惯改变则性格改变 / 57

三、内向者，加强自己的优点 先“扬长”，再“补短” / 63 内向也是正常的，也是优秀的 / 68 内向者，多数是非常优秀的 / 71 内向型人左脑占优势 / 73 扎实沉稳的工作秉性 / 76 与生俱来的诚实让人信服 / 78 能够体谅他人的痛苦和缺点 / 80 不受外界信息的左右 / 81 有着丰富的内心世界 / 83 内向与外向的相互转化 / 84 外向人也要克服自身的缺点 / 87

四、自信是性格的力量 自己去发现自己的太阳 / 93 在一举一动中充满自信 / 96 自卑，内向的第一号敌人 / 98 人，要懂得欣赏自己 / 100 依赖性——内向型的典型习惯 / 104 喊出属于你的声音 / 106 保持自己独一无二的个性 / 109 充满自信永不言败 / 111

五、健康的性格是成功的前提 健康的性格是一种价值 / 117 思想，将决定你性格的高度 / 119 热忱能创造性格的神话 / 121 性格不败，勇气永存 / 124 给自己一次恐惧的机会 / 128 敢于尝试，敢于冒险 / 131 当机立断——培养果断型性格 / 133 坚韧，是强者的性格 / 135 只要你不退缩，你就不会输 / 138

六、勇于进入人与人的“森林” 何必总是看着自己的小天地 / 143 走出封闭的自我圈子 / 146 敢于与陌生人打招呼 / 151 做好开头五分钟的攀谈 / 154 没话时也要找个话题 / 156 让你的话悦耳动听 / 158 温暖你，温暖我 / 160 交际，别构思过度 / 163 性格迥异，贵在理解 / 167 不能完全把自己“藏起来” / 169 与形形色色的人打交道 / 172 不完美的人生活在不完美的世界 / 176 必须学会说的一个字：NO！ / 179

七、内向性格者要敢于表现自己 是臣服环境，还是出人头地 / 185 内向型性格如何与职业相吻合 / 188 自我推销，我行我秀 / 193 自己给自己当好导演 / 195 给自己披一件“高级的外套” / 196 打造有特色的“个人品牌 / 198” 走遍世界，微笑是通用的护照 / 201 把握机会有时只靠一句话 / 203 面试中淡化弱点，突显优点 / 206 虽问题百变，但要应答自如 / 208 为自己的性格寻觅事业伙伴 / 212 站在“贵人”肩膀上跳舞 / 215

八、有好性格，就有好心情 好性格是磨炼出来的 / 221 性格永远是乐观的 / 224 控制自己的情绪 / 227 自制——保持清醒的头脑 / 230 控制自己的非理性情绪 / 232 嫉妒——别人的鸡蛋有两个蛋黄吗 / 235 没有对手，谈什么胜利 / 237 把压力变成前进的动力 / 240 人要有追求，但不能急功近利 / 244 日子难过，更要认真地过 / 246 方为做人之本，圆为处世之道 / 248 出一次丑又有何妨 / 251 在“一人世界”中创造精彩 / 254 经常面对抑郁情绪的困扰 / 257 健康的性格比健康身体更重要 / 261

## 《内向性格如何秀出自己》

### 章节摘录

版权页：从这一点，我们还可以看出，生命的头5年，之所以对于性格的形成和塑造那么重要，就是因为头5年孩子对于双亲特别依赖、因而，也特别容易受影响。所以，孩子的性格基础，是在生命的头5年，由赋予孩子生命、其后又养育孩子的双亲，一手缔造的。这种缔造，是在与孩子长期共同生活的几万小时内、在孩子对于性格塑造最敏感的时期完成的。谁抚养孩子、谁和孩子长期生活在一起，谁就是孩子性格的缔造和决定者。在极端的情况下，如果人从小与野兽生活在一起，那么，野兽，就成了孩子性格的缔造者，他的性格，也就具备了野兽的特征。这方面，并不缺乏实例。比如，印度的“狼孩”，由于自幼长期与狼生活在一起，导致“狼孩”无论在情绪、思维，还是行为方式等方面，都具备了狼的特征，即具备了所谓的“狼性”。所以，从生物学的角度讲，“狼孩”是人，但是，从心理学的角度看，“狼孩”是狼。我们有理由推断，一个孩子的性格，就是父母性格的拷贝和缩影。家庭环境对孩子个性的影响又可分为积极影响和消极影响。如果父母的两种个性刚好形成互补。这样的父母一唱一和，松弛有致，孩子就能从父母的言行举止中感受到家庭的魅力、生活乐趣、人生的幽默感。生活在这类家庭中的孩子往往会形成乐观、开朗的个性。相反，若是父母的气质类型相同，要发脾气两人大动干戈，要温柔起来，两人情意绵绵，家庭环境一会儿狂风暴雨，一会儿晴空万里。这样的个性组合对孩子个性的形成往往具有消极影响。他们往往对父母的行为感到不知所措，再开朗、乐观的孩子也会变成一副坏脾气，沉默、抑郁、苦恼、少年老成。此外，父母对孩子个性的影响还表现在父母本身的个性影响力上。“外向型”的父母比较能吸引孩子的注意力，极大地影响孩子的说话方式和行为方式，从而使他们很容易形成类似父母的个性。如果父母性格比较内向，孩子在沉寂的家庭环境找不到多少快乐就会把目光投向外界，从周围的环境中寻找欢乐，从而丰富自己的个性内涵，使孩子在未来形成与父母相差甚远的个性。

# 《内向性格如何秀出自己》

编辑推荐

# 《内向性格如何秀出自己》

## 精彩短评

- 1、也不错啊 怎么都没几个人读
- 2、前面三分之一的内容还行。后面内容庞杂，有充数之嫌
- 3、=。= 这本书我很喜欢 让我学习了很多。

# 《内向性格如何秀出自己》

## 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](http://www.tushu111.com)