

<<阳光心态>>

图书基本信息

书名：<<阳光心态>>

13位ISBN编号：9787111188476

10位ISBN编号：7111188470

出版时间：2006-5

出版时间：机械工业

作者：吴维库

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>

## <<阳光心态>>

### 内容概要

阳光心态是积极、知足、感恩、达观的一种心智模式。

作者应用现实生活中的大量案例，和读者分享了有关阳光心态的一些主要思想：事情是中性的；操之在我；重在过程；活在当下；向下比较；砖块理论；谷底原理；创造环境；情感独立；情商树等。具备阳光心态可以使人深刻而不浮躁，谦和而不张扬，自信而又亲和，帮助读者缔造自我内心和谐、家庭和谐以及团队和谐。

## <<阳光心态>>

### 书籍目录

序言 缔造阳光心态的原因 心态营造今天 心态的力量 心态影响身心与事业健康 环境的变化 生命的本质是趋利避害 缔造阳光心态的工具 第一个工具 改变态度 中性理论 是好是坏还不知道呢 向屎壳郎学习 工作是游戏 第二个工具 享受过程 生命是什么 人生所有活动以喜剧开始,以悲剧结束 生命如同旅游 天伦之乐在于过程 牵着蜗牛去散步 选择积极 第二个工具 活在当下 什么是活在当下 以未来为导向活在当下 对自己的当前满意 情绪传染的混沌效应 不能活在当下失去当下 第

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>