

<<心想事成的艺术>>

图书基本信息

书名：<<心想事成的艺术>>

13位ISBN编号：9787115276599

10位ISBN编号：7115276595

出版时间：2012-4

出版时间：人民邮电出版社

作者：安格尼斯

页数：224

译者：段鑫星

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>

## <<心想事成的艺术>>

### 内容概要

不管你是希望变得更加自信还是想减轻自身压力，琳赛·安格尼斯编著的《心想事成的艺术——NLP改变你的生活》都非常适合你。

《心想事成的艺术——NLP改变你的生活》作者为资深的心理学专家，通过其多年的丰富经验，为读者介绍了心理学范畴中的神经语言程式学（NLP），并借助感同身受的讲解、生动的案例以及有趣的练习为读者提供了管理生活、工作和财富的合理建议与最佳途径，可操作性非常强。

今天你所学的，可以改变你明天的生活，阅读本书可帮助你制定目标、开启新机会，使你心想事成、有所作为，让生活变得更加美好。

《心想事成的艺术——NLP改变你的生活》适合那些希望生活和工作更加美好的读者阅读，也适合心理咨询师和心理学专业的读者阅读。

## <<心想事成的艺术>>

### 作者简介

琳赛·安格尼斯(Lindsey Agness)是一位具有高资历并且经验丰富的心理治疗师和商业顾问，同时也是“改变”公司的所有者。她经常与一些商业巨头合作，并且受邀成为一些人气很高的训练讲座和励志演讲的主讲人。

一直以来，她都在运用自己的知识技能对需要帮助的个人和公司进行指导和训练，使其有所转变。同时，她也将NLP融进了自己的生活中，让自己始终沐浴在阳光下。

## <<心想事成的艺术>>

### 书籍目录

测试——你的生活可以更美好

第1章 改变自我的方式——NLP

第2章 你是否身处灰色地带

第3章 如果能够心想事成，你会做什么

第4章 专注于你想要的

第5章 我是谁

第6章 结果还是借口——为你想要的承担起责任吧

第7章 相信你能

第8章 你拥有成功所需的一切资源

第9章 真诚的影响力

第10章 正视反馈

第11章 一切始于行动

第12章 只有你想，才会有心想事成

后记 我的考验，我的成长

附录1 行为模式的解释

附录2 我们是如何表达的

## <<心想事成的艺术>>

### 编辑推荐

神经语言程式学（NLP）是一种改变的技术，也是一门助人成功的学问！这话听起来也许很像广告词，却是这项技术的真实写照。

你是否在生活中经常听到下面这些声音：很多职场上的男士常常会说：“我不想喝酒，更不想喝醉，但是我没有办法……” 很多渴望苗条的女士常常会说：“我不想变胖，我很想瘦下来，可是我无法拒绝美食，早起运动对我来说也很难……” 很多年轻的父母常常会说：“我对孩子真的没有办法，我不知道什么东西才能让孩子更加愿意学习……” 很多成功人士常常会说：“我一直都这样忙，我没有办法平衡自己的生活……” 我们是没有办法，还是不想改变？

尝试做一些不一样的事情吧，NLP会告诉我们一条可以抵达目标的路线，成为我们理想中的自己！

《心想事成的艺术：NLP改变你的生活》并不是传统意义上有关NLP的教科书，它的意义也不在于此。

如果你想获得NLP的基础知识，并把书中所提供的方法和技术运用于改变自己和他人生活的活的话，那么这本《心想事成的艺术：NLP改变你的生活》就为你提供了“怎么做”的建议并附上了大量的练习来进一步解释，以便所有人都能理解与运用它。

《心想事成的艺术：NLP改变你的生活》在很多方面对我们固有的观念给予了颠覆式的回应：1. 我们每个人都有自己独特的认知模式；2. 交流的目的在于积极地反馈以及获得反馈；3. 没有失败，只有反馈；4. 尽自己最大的努力，充分运用你所拥有的一切资源；5. 任何行为的背后都有一个积极的动机；6. 我们控制着自己的思想，因此也掌控着事情的结果；7. 我们拥有成功所需的一切资源；8. 抵抗源于和睦关系的缺乏；9. 任何问题都有解决的方法；10. 一种方法不行，换一种试试；11. 做任何一件事情，没有百分百的付出就等于毁灭；12. 重复旧的行为，只会得到旧的结果。

这些掷地有声的观点，相信对各位读者朋友有醍醐灌顶的作用。

期待大家从这本书的练习中思考自己，获得有价值的思想、情绪和行为转换的秘笈；并且期待大家在自己感悟、摸索、体会的时候，发现自己的盲点，更加清晰地认识自己。

只有这样，学到的才是自己真正需要的，你才能更加自信地处理各种困扰，才能心想事成。

<<心想事成的艺术>>

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>