

<<生活是一种态度>>

图书基本信息

书名：<<生活是一种态度>>

13位ISBN编号：9787222036192

10位ISBN编号：7222036199

出版时间：2003-1

出版时间：云南人民出版社

作者：卡普曼

译者：吴璟

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>

<<生活是一种态度>>

内容概要

本书主要讲述怎样正确控制自己的情绪和表现，怎样在逆境中保持乐观，以创造美好生活。态度的改善能让你更快乐地享受生活，不幸的是，绝大多数人最初并不能了解态度的价值和重要，其实..... 本书以一种全新的方式告诉世人，怎样的态度才是适宜的，怎样才能保持乐观向上的精神，怎样才能获得一个成功的人生。

《生活是一种态度》回答了以前几本书的一些重要问题，但它却不是在重复以往的经验，而是以一种更新的方式告诉蓼人，怎样的态度才是适宜的，怎样才能保持乐观向上的精神。

<<生活是一种态度>>

书籍目录

作者自述一、这是你自己的选择 世界上使用频率最高的词汇 世界上没有人能完全领会“态度”的涵义 教科书中对“态度”的定义 一种更为实际和有用的解释 态度是你对事物的看法 本书的目的 为什么生活是一种态度 你是自己的态度的主宰 当你身处逆境时二、思想净化剂 人类的感知域 形象化的感知域 你的感知域 让自己快乐才是关键 感知域中的积极推动力和消极阻力 我们面临着相同的挑战 让自己多一些美好的想象，让自己变得更积极 用望远镜看人生三、消极流 伊莫金的策略 消极流的根源 消极流是一种自然现象吗？

借助外推力来抵御消极流 需要考虑的问题四、拥有健康的思想 关于“思想的健康” 从主要问题入手 健康的思想是否有助于产生积极的幻想 关于积极的幻想 想象助你发掘新事物 积极的幻想有助于抵御消极因素 积极的幻想及现实问题的处理 构建自己的幻境 需要设定的目标五、关系六、改变对待工作的方式七、快乐的谈话八、莱娜，要谨慎从事九、罗杰、行动吧十、侵入的消极因素十一、你必须向前看十二、关于态度的若干问题十三、积极的态度让你拥有美好的生活十四、采用积极的态度，让我们生活得更好

<<生活是一种态度>>

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>