第一图书网, tushu007.com

<<100个成功大师比不上一个靠谱青>>

图书基本信息

书名：<<100个成功大师比不上一个靠谱青年>>

13位ISBN编号：9787538564440

10位ISBN编号：7538564446

出版时间：2012-6

出版时间：北方妇女儿童出版社

作者：李贞淑

页数：207

字数：140000

译者：千太阳

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

前言

成功—并不是梦想，它就在你的现实当中。
给自己一个机会，不要让你的成功目标成为泡影。
要想实现你成功的目标，就要从现在做起，从你自己做起，从最基本的做起。
换句话说，要想成功，首先要做个靠谱的青年。
不要痴迷于成功大师的讲坛，它不会搀扶着你绕过成功路上的沟沟坎坎，它会让你觉得成功只是一个可望而不可即的幻影，它会让你行进的方向更加迷茫；不要迷信成功大师的经验之谈，它不可能是包治百病的万灵丹；不要盲目崇拜成功大师的成功诀窍，他们只是在授之以鱼，不可能成为你成功的法宝。
因为他们的一招一式，并非为你量身打造。
我们可以肯定地说，成功之路没有捷径可循。
成功不是幻想，成功之路没有直通车，只能踏踏实实地走好每一站，而每一个站牌就是你为自己制定的小小目标。
相信自己，成功的彼岸并不遥远，只要你有积极的心态，只要你肯付出努力，只要你用心地培养一种良好的习惯，只要你愿意脚踏实地为自己制订计划，只要你能够一步一个脚印地践行你的计划，那么，成功距你仅是咫尺之遥。
本书旨在授人以渔，让你成为一个真正靠谱的青年，从今天开始培养一个良好的习惯，给自己一个积极乐观的心态，依靠自己不懈的努力，奔向成功的目的地。
出发！
为自己加油！

内容概要

一个人若想成功，必须要“ 靠谱 ”！

本书将为您提供培养“ 靠谱 ”的最简单、最有效的方法。
沟通专家李贞淑在本书里依据“ 靠谱青年养成 ”法则为各位读者指出了自己迈向成功的具体道路。
作者同时还介绍了凭借自我品质迈向成功的方法，通过建立自信、热情、果断、习惯、自尊等优秀的品格，从而成为一个靠谱青年。

想要成功的你，还理那些成功大师干什么？
阅读本书，直接成为靠谱青年！

作者简介

李贞淑
韩国著名的口才专家，kbs知名女主播，金融界巨鳄和众多政界人士的口才顾问。
在美国密歇根州立大学学习了演讲理论和沟通交流的艺术，在韩国西江大学语言学院取得了硕士学位。
现任愉快的口才研究所法人代表。

已出版《成功女人的对话方法》、《成功职员的对话方法》、《元快的对话方法1,2》、《不造成伤害的温暖话语的力量》、《领导的人格授课》等超级畅销书。

书籍目录

前言
第一章
相信多少，成功多少
*自信指数测试
提升内心的标准
无的放矢，不是勇气，而是愚蠢
时间就是答案
把你内心的创伤表露出来
我人生的主角就是我自己
维持积极想法的方法
查看自信指数测试结果
第二章
你的心胜过你的想法
*热情指数测试
唤醒你沉睡的心灵
全身心地投入，会让你事半功倍
延长你热情的有效期
可重新唤醒斗志的系统
借鉴达人的热情
查看热情指数测试结果
第三章
要将理想付诸行动
*果断指数测试
相信果断的力量
消除妨碍你作决断的因素，你的行动力就会加强
拥有积极的心态会令你变得更积极
从失败的阴影中走出来
决定与行动同步开始
查看果断指数测试结果
第四章
把才能引向成功的力量
*成功习惯指数一览表
成功的关键在于有效地管理时间
健康是最好的财产
搞好人际关系的秘诀：履行约定
成为一个领导者的捷径—率先垂范
创造财富的原动力就是节制
成功话语的力量
查看成功习惯指数结果
第五章
为自己助威
*自我尊重指数一览表
奖励自己
尊重自己的感情
越是爱对方，越要关爱对方

用积极的话语来表现自己
用自我暗示的方法来创造自己的未来
请大声说出心里的伤痕
爱现在的自己
查看自我尊重指数结果
第六章
成功人士的12条行动法则
记录内心矛盾的自我
比较积极的我和消极的我
在纸上写出内心矛盾的原因
记录思考方式形成的过程
拟定变化的优先顺序
大声念出要执行的任务
记录训练的结果
把每天的日程向自己作一个介绍
记录履行每件事情的结果
将记录变成一种习惯
不断地向自己质问
将消极的话语改成积极的话语
后记

章节摘录

后记

成功人士的自我对话法与众不同有这样一句俗语：“强按牛头不喝水。
”如果没有实践，即使读了能让自己马上改变的书，也不会有多大效果。
读完这本书，认清了“和别人沟通很重要，和自己对话也很重要”这一事实，但没有进入实践训练阶段的话也无济于事。
很多书当中有很多激励篇章。
比如说提到“积极思考的力量”、“提高自信心”和“丢掉畏惧”等口号，但是如何做的说明很少的话，很容易让读者陷入模棱两可的境地。
为了能让读者避免概念混淆，我在书中加大了“如何做”这一部分的篇幅，以此强调它的重要性。
如果你读完这本书，下定决心去实践的话，任何人都可以取得显著的成效。
至少把这本书的练习题做好，那会让你大开眼界，从而积极地去思考自己的人生。
人的内心总是有两张相反的面孔共存，希望和绝望、喜悦与悲伤、幸福与不幸、分享和贪欲，它们彼此之间激烈地斗争着，以此来扩大自己的思维控制领域。
它们就像活着的有机体，如果不用意志来管辖它们，那么接近本能那一方的势力就会变大，以至于削弱人们想要改变的意志力。
我在这本书中通过与自我对话的方式来强化成功的意志，并在提高、改善自己理性的同时，削弱本能的负面性力量。
我和大家一样，在没有明白这一道理的时候，因为这两张相反的面孔而做了很多自己其实不愿意做的事情。
但是当我学会了与自我对话的方法后，我就非常顺利地克服了内心两相矛盾的问题。
我希望读者也能通过这一方法像我一样得到由衷的快乐。
在这本书里提示的几个训练方法中，我真的希望你能选择几个方法去实践，然后品尝训练带来的效果。
因为只要你发生变化之后，你形成的习惯就会很自觉地告诉你不能停止。
这本书是在自我沟通（intra communication，内心沟通）的基础理论上撰写的。
这个理论以“只有自己说服自己才能树立自我，也只有树立自我才能说服别人”为内容。
如果不懂得和内心的自我进行交流的话，不仅不能树立积极的自我，更不能与别人沟通。
这本书对因与别人沟通有问题而苦恼的人和因“话语”而痛苦的人都会有很大帮助。
因为能够与自己沟通成功的人，也会在与别人交流时取得成功。
那么，熟知与自我对话的方法以后，能够开拓新的人生，争取幸福和成功，这全在于你的选择。
我诚挚地希望广大读者能够实践这本书中列出的任何一个方法，以此体验更美好的人生。
我们都知道，成功的道路十分坎坷，是什么力量才能支撑着你走下去呢？
就是你的自信与平时培养起来的点滴的良好习惯。
这看起来非常非常地不起眼，听起来也非常非常之平凡，甚至每时每刻都缠绕在你身边却难以引起你去注意，但就是这小小的再普通不过的习惯却能带你在成功的路上劈荆斩棘、跨越沟坎勇敢地奔向成功的彼岸。
本书读到这里方才明白，其实做个靠谱青年很简单，你只需要要给自己设置一个点，这个点就是你成功之路的起点。
其实做个靠谱青年很容易，你只需要从这个起点出发，一路都能收获美好的风景，给你一个良好的心情。
其实做个靠谱青年很实际，每走一段艰难路程，都会有你来为自己加油。
其实也只有做个靠谱青年才能很靠谱地抵达成功的彼岸。
2009年秋天李贞淑

媒体关注与评论

本书读到这里方才明白，其实做个靠谱青年很简单，你只需要要给自己设置一个点，这个点就是你成功之路的起点。
其实做个靠谱青年很容易，你只需要从这个起点出发，一路都能收获美好的风景，给你一个良好的心情。
其实做个靠谱青年很实际，每走一段艰难路程，都会有你来为自己加油。
其实也只有做个靠谱青年才能很靠谱地抵达成功的彼岸。

编辑推荐

《100个成功大师比不上一个靠谱青年》编辑推荐：虽然认真工作但仍因失言而前功尽弃的时候，缺乏领导力而无法提升业绩的时候，请马上改变你的对话方式吧！
这样不仅能改变你的职场生活，连你的团队业绩都会发生变化。
该书将会一一向你介绍让上司满意的话语、让下属听从的话语和在职场中不应该说的话语等内容。

第一图书网, tushu007.com

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