

<<人性的优点>>

图书基本信息

书名：<<人性的优点>>

13位ISBN编号：9787542933881

10位ISBN编号：7542933884

出版时间：2012-3

出版时间：立信会计出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：308

字数：135000

译者：云中轩

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>

<<人性的优点>>

内容概要

在这本书中，卡耐基将告诉你：如何走出人生的误区；如何充分了解自己、相信自己，养成良好习惯；怎样从忧虑中解脱出来，创造幸福美好的人生。这其中，尽是非常宝贵而有效的生活经验，对每一个寻找快乐和幸福的人都大有裨益。

相信这本充满智慧和力量的书能让你了解自己，相信自己，充分开发蕴藏在身心里而尚未利用的财富，发挥人性的优点，去开拓成功幸福的新生活之路。

<<人性的优点>>

作者简介

<<人性的优点>>

书籍目录

第一章 如何对待忧虑

改变人一生的24个字
清除忧虑的“万能公式”
忧虑是长寿的克星

第二章 分析忧虑的方法

解开忧虑之谜
如何减少工作上的忧虑

第三章 改掉忧虑的习惯

把忧虑从你的思想中赶走
不要让小事使你垂头丧气
概率可以战胜忧虑
要适应无法避免的事实
为忧虑画出“到此为止”的底线
让忧虑告别你的生活
不要试图锯那些早已锯碎的木屑

第四章 做自己情绪的主人

温和友善更有亲和力
把愤怒掌控在自己手中
战胜悲伤，保持阳光心态
了解并喜欢自己

第五章 有梦想的人生更精彩

激扬的人生需要梦想的支持
有目标的人生会更加精彩
把大段的路程分割成小段
全身心地做一件事
及早规划你的职业生涯

第六章 防止疲劳，永葆青春

什么使你疲劳
如何多清醒一个小时
假装对工作感兴趣
放松你的肌肉
四种良好的工作习惯
克服失眠的五个技巧

附录 人性的辉煌

林肯外传
思想的光辉

<<人性的优点>>

章节摘录

<<人性的优点>>

编辑推荐

《人性的优点》编辑推荐：卡耐基认为，忧虑是人类面临的最大问题之一。为了写作本书，他阅读了曾经面临过严重危机的著名人物的传记，从中找出这些名人解决问题的方法，又向众多人士请教他们克服忧虑的办法，并结合自身的经历整理出一套克服忧虑的法则。《人性的优点》问世于1948年。它和《人性的弱点》《语言的突破》一样，是卡耐基成人教育班的三种主要教材之一。本书一经出版，便在全球畅销不衰，被誉为“克服忧虑获得成功的必读书”、“世界励志圣经”。《人性的优点》由立信会计出版社出版。

<<人性的优点>>

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>