

<<人性操控术>>

图书基本信息

书名：<<人性操控术>>

13位ISBN编号：9787564036089

10位ISBN编号：7564036087

出版时间：2010-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：赵凡

页数：258

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>

<<人性操控术>>

前言

谈到人性，也许很多人会觉得人性是个复杂的，难以理解和捉摸的东西。

其实不然，人性其实就由我们每个人来体现，并且由我们来实践的。

那么究竟人性是什么？

答曰：求我幸福。

就这么简单吗？

就这么简单。

这样一个简单的“求我幸福”，恰恰是人类固定不变的天性，并从根本上决定、解释着人类行为。

所以我们说，它就是人性。

甚至可以说，“求我幸福”这条人性法则不但支配着迄今的人类史，将来依然如此。

也许，在很多人看来，这样的解答太过浅显。

但细而究之，它实际上蕴含着十分丰富的内容。

在人生长河里，谁不希望自己活得更加精彩一些，成功一些，幸福一些。

谁不希望生活中多一些快乐，多一些成功的日子。

向往成功，憧憬幸福，是人的一种本能。

因此，我们要努力去掌控自己的人性，只有对人性有深刻的了解，进而认识 and 了解人性的弱点、复杂性及其根源，我们就会从中学到如何平衡处世的方与圆，如何以自己的本色获得他人的认同，怎样把握表现与收敛的度，如何更清楚地认识自己，如何自我挑战，如何与他人合作……同时，你将通晓如何把握幸福的精髓。

总之，在人生的舞台上，你要做舞者，而不是看客。

因为靠自己，掌控了人性的密码，我们的人生才能得以坚持，才能使你真正强大起来。

而人性的掌控就是一个不断认识自己、征服自己和超越自己的过程，也是一个不断展现自己的过程。

你的魅力，源自你的表现，以及你对人性的操控能力！

研究人性、了解人性、把握人性、利用人性，将使你立于不败地。

<<人性操控术>>

内容概要

只有对人性有深刻的了解，进而认识和了解人性的弱点、复杂性及其根源，我们就会从中学到如何平衡处世的方与圆，如何以自己的本色获得他人的认同，如何更清楚地认识自己，如何与他人合作等等，同时，我们将通晓如何把握人生幸福和成功的精髓。

研究人性、了解人性、把握人性、利用人性，就将使我们立于不败之地。

本书即是一本教你看透人性，掌握人生秘密的智慧书！

<<人性操控术>>

书籍目录

第1章 人性如斯——看透人性弱点，掌控自己命运 谁会是你心中的敌人 知人者智，自知者明 不要自己放弃自己 究竟是谁在影响你 学会自己给自己做主 调整你生命的宽度第2章 打破枷锁——不要让自卑锁住你的命运 完美只是一种幻觉 我们不是一无是处 把目光投向空白处 别让自卑占据你的心灵 战胜自卑，超越自己 少一点自贬，多一点自尊第3章 镣铐之舞——负重也可以成为一种动力 别让压力成为心灵枷锁 压力的孪生兄弟 坦然面对你面临的压力 寻找合适的发泄方式 把你的压力变成动力 用方法过一种没压力的生活第4章 焦虑杀手——学会慢慢欣赏沿途的风景 失意了你该怎么办 警惕那些“隐形杀手” 不妨放慢你的脚步 你今天焦虑了吗 其实，你可以不焦虑第5章 智慧之眼——每一个自己都是最好的自己 相信你只是暂时失败而已 做一个懂得保护自己的人 劣势也是可以转化为优势的 简化生活，人生大不同 倾听你内心的声音 学会做最好的自己 有规划的人生才能成功第6章 自我挑战——任何事情有挑战才会有可能 弱者和强者的区别 敢不敢做你害怕的事 走一条属于自己的路 行动、行动、再行动 适时以弱示人并不丢人 别让懦弱主宰你的生活第7章 突破常规——不要过一成不变的生活 不能自己给自己设限 有多少“思维枷锁” 做一个“破坏者” 完成人生的一个超越 别被习惯束缚我们的思想 选择合适的思维定式第8章 人生定位——有目标才能不断超越 目标是人生的灯塔 激发潜能的动力 一生做好一件事 忠于你的梦想 要有实现目标的计划 如何实现你的目标第9章 永不放弃——不抛弃、不放弃就有机会 不轻言放弃 放弃，意味着没有机会 生命在追求中闪光 人生没有犹豫 永不停歇地进取 执著的永恒意义第10章 勇于实践——真实的体验是一笔人生财富 怯懦意味着失败 别让别人偷走你的梦想 扬起生活的风帆 付诸行动 只有一步之遥 在失败中找到自我第11章 坚忍自强——跌倒与站起都是必然动作 从跌倒中学会走路 失败是成功之母 逆境不会长久 提高自己的AQ 通往真理的桥梁 战胜挫折的心理对策第12章 从容应对——克服心灵深处的混乱 养成良好的生活习惯 不必走得太匆忙 不能成为工作狂 张弛之道 给工作排序 灵动的心灵第13章 约束欲望——不要成为你欲望的奴隶 欲望影响你的行为 何须在意身外之物 学会节制欲望 拥有简单而明净的内心 知足方能常乐 拥有梦想的欲望不能少第14章 心胸开阔——不要让嫉妒成为你的毒药 人人都有的弱点 羡慕与嫉妒 不要被嫉妒玩弄 以微笑置之 嫉妒是最大的敌人 向嫉妒说再见第15章 态度是金——生命有了开始就会有收获 拥有发现美的眼睛 学会去爱 将爱传递 拥有感恩的心 施爱是一种幸福第16章 包容豁达——在心中留出一片天地给别人 超越局限的自身 宽容走一生 给别人机会 重要的是行动 宽容是最伟大的爱第17章 平常快乐——快乐从痛苦中孕育而出 战胜自己的情绪 保持微笑 提升你的EQ 感谢批评你的人 快乐的钥匙 从容让你不战而胜 礼貌谦让第18章 重视情感——事业成功只能算成功了一半 如何对待爱情 放下与拿起 不要让爱你的人受伤 在感激中生活

<<人性操控术>>

章节摘录

高压力和快节奏的商业社会，造成的情绪和压力的负面作用是巨大的。

麦当劳总裁詹姆斯·坎塔卢波心脏病突发逝世，这一天，离他60岁的生日恰好还有100天。

爱立信中国区总裁杨迈猝死在跑步机上，和坎塔卢波的辞世仅隔9天。

韩国现代集团所属峨山公司董事长郑梦宪跳楼自杀。

上海大众老总方宏患上精神抑郁症1993年3月9日跳楼。

贵州习酒老总陈星国，在习酒厂被茅台酒厂兼并前夕举枪自杀。

人称“彭大将军”的青岛啤酒老总彭作义在游泳时突发心肌梗死而意外早逝。

年仅29岁的茂名永丰面粉厂老板冯永明在家中用水果刀割腕自杀，遗书中写下：“现实太残酷，竞争和追逐永远没有尽头，我将到另一个世界寻找我的安宁和幸福……”联想的大规模裁员带来的心理危机……从国外归来的张女士在一家外企工作，因为有很高的学历和从业的经历，所以进入外企后不久就由一般干部升至经理。

按说职位很高，薪水也很丰厚，但是张女士却烦恼不已。

原来，做了经理后，她每天要从早上9点工作到夜里11点，并且周六周日也不能休息。

渐渐地，张女士开始讨厌上班，但是为了生计，她还得强迫自己去。

日子久了，张女士怀念起在国外的时光。

那时，她虽然只是普通员工，但是天天能早早下班和家人一起去海边散步，每逢休假还能去旅游……

最终，张女士患上了抑郁症。

<<人性操控术>>

编辑推荐

人性有优点和弱点，如何操控自己的弱点以变成自己的优点，从而达到自己取胜的目的，是如今许多人期待能解决的一个问题。

由此，《人性操控术(精华版)》定受欢迎。

《人性操控术(精华版)》从人性的弱点着手，逐渐深入，阐述了如何把自身的重负变成一种动力、如何转变心态，把自己看成是最好的等，让读者从根本上掌控人性密码，真正做一个舞台强者！

<<人性操控术>>

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>