<<不抱怨的力量>>

图书基本信息

书名:<<不抱怨的力量>>

13位ISBN编号: 9789866707193

10位ISBN编号: 9866707199

出版时间:代表作國際圖書出版有限公司

作者:尤佳著

页数:224

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

<<不抱怨的力量>>

内容概要

我們總是習慣於從自己的角度去考慮問題。

也總認為自己所熟悉、瞭解的東西是最正確及最好的。

而如果我們總是用怨懟的想法認為是誰負了你,是誰對不起你,那麼將永遠都不會感受到生命是充滿 無限的喜悅與活力的。

我們太習慣把蘋果豎著切成無趣的兩半,很少會想到,如果橫著切,蘋果裡會出現一顆美麗的星 星。

在日常生活和工作中,我們會碰到各式各樣的問題,這些問題不會憑空消失,此時不彷將念頭轉換來代替咒罵,將寒冷的心情轉化為燦爛的陽光。

當你把困難看成是人生海洋裡的層層惡浪時,一點兒小事就可能使你哀歎生活航道上的曲折艱難

但是,只要你相信自己的力量,就算有重重險峰,你也能勇敢攀爬。

面對這些話你是不是覺得很熟悉:「這不是我的錯。

- 」「我不是故意的。
- 」「是×××讓我這樣做的。
- 」「這不是我做的。
- 」「本來不會這樣的,都怪……」 是的,在工作和生活中,這些話可能就是我們曾經說過甚至經 常說起的。

當有問題發生時,很多人第一時間往往都會有這樣的反應。

因為當錯誤出現時,把自己的失誤和不足告訴別人,這是一種非常令人沮喪和自責的感受。

從心理學的角度看,每個人都希望得到別人的讚美和肯定,而不是懷疑和批評。

對很多人來說,認錯意味著在別人面前表現出自己的無能。

其實,坦率地承認「我錯了」、誠懇地對別人說出「對不起」,這樣做並不困難,也並不是什麼 丟人的事情,相反,往往因為這些「對不起」,反而更能拉近你與別人的距離,化解各種矛盾和隔閡 ,並贏得同事與朋友的尊敬與信任。

一聲「對不起」,其實是一個人性格完善和人格成熟的表現,更能讓你展現出一種能屈能伸的人生大智慧。

戴爾公司和高盛集團的兩大掌門人——邁克爾?戴爾和亨利。

鮑爾森,就是深諳這種屈伸藝術的高手。

戴爾在2001年曾向手下的20名高級經理認錯:承認自己過於靦腆,有時顯得冷淡、難以接近,並 承諾將和他們建立更緊密的聯繫。

大家對「極度內向」的戴爾能夠如此公開進行反省都非常震驚,同時感到如果戴爾都可以為了公司改變自己,那麼其他人有什麼理由做不到呢?

鮑爾森在2003年一次投資者會議上談到裁員時說「在我們公司的幾乎每一項業務中,實際是15%~20%的人創造了80%的價值」,這句話引起員工的強烈不滿。

會後鮑爾森向全公司2萬名員工發出了語音郵件進行道歉。

著有《CEO資本》一書的博雅公關公司首席知識和研究官萊斯莉?蓋恩斯.羅斯就此事稱讚鮑爾森是「 更謙恭的新一代CEO」的代表,認為他認錯是「力量之舉」,而非「軟弱之兆」,並「將有助於提升 高盞集團的外部聲譽」。

<<不抱怨的力量>>

作者简介

尤佳 大學念的是大傳,研究所念的是藝術管理,曾任廣告公司企劃及雜誌編輯,目前為自由 撰稿者,正努力撰寫童書,是一位想法天真卻又懂得人情世故的女生。

<<不抱怨的力量>>

书籍目录

第一篇 不抱怨的力量怨天尤人會讓事情更好嗎?應該不會,抱怨是種消極的心態,總覺得所有的人、 事、物都對不起你。

其實何不嘗試用另一種積極的想法,不是鄉愿的樂觀,而是一種「接受」與「坦然」面對的喜悅,這 樣你的人生將會別有一番滋味。

力量1.對不起,我錯了力量2.每天樂觀一點點力量3.再見,消極病力量4.低調是一種大智慧力量5.走出為自己建的「心牢」力量6.謙遜的人不是弱者力量7.緊握信念不放手第二篇 用包容及善解取代抱怨當我們在抱怨老闆、朋友、家人時,有沒有試過站在別人的角度去看待同樣的事情?很多時候我們往往都只是站在自己的角度,去思考事情對自己的不平,卻沒有站在對方的立場去著想,有時候試著「換位思考」之後,你會了解自己也有可能會做了這樣的決定。

力量8.像嬰兒一樣好奇力量9.送人玫瑰,手有餘香力量10.擂臺上的雙贏力量11.善用集體的力量力量12.發現另一扇窗力量13.完美=接受不完美 附錄 15條快樂法則第三篇 再挫折前漂亮的轉身「失敗為成功之母」是一句相當常見的名言,但這句經典名言卻有著讓你可以擁有再起的強大力量

失敗不可恥,可恥的是不能面對失敗並從中得到教訓,並再接再勵面對多變的人生。

力量14.不要苛求完美力量15.失敗了,你更接近成功力量16.苦難是上天的禮物力量17.永遠不要絕望力量18.不做偏執狂力量19.選擇的權利在你手中第四篇 讓心靈學會伸屈的藝術常言道:「退一步海闊天空」。

有時謙卑更能顯得自己的大器,逞凶鬥狠反而突顯了心理上的自卑及不足;要記住抬頭可以看見一片 漂亮的藍天,但低頭也會讓你遇見美麗的花朵。

力量20.勇於走自己的路力量21.退一步海闊天空力量22.保持謙和的生活風度力量23.越珍惜越美好力量24.喜歡你所擁有的力量25.每天說聲「謝謝你」力量26.每天向升起的太陽問好附錄 舒緩壓力的要訣第五篇 看見自己的高度不管命運將自己抛向何方。

我們都要泰然處之,不管現實如何殘酷,也都要相信所有的困難即將克服,未來定會更加美好。 要了解,所有事情的起因都在於自己對生命的態度及信念。

力量27.智者,你的名字叫寬容 力量28.凡事留餘地力量29.天生我才必有用力量30.告訴自己我最棒力量31.夢想是生命之鹽力量32.成功從第一步開始第六篇 用讚美取代抱怨?個人都有自尊心及榮譽感。

對人真誠的表揚及讚同,就是對他最好的承認與重視。

讚美別人不需要過多的言詞與華麗的辭藻,只要真心的認同與肯定,對方都能感受的到。

力量33. 良善是每天的必修課力量34. 幫助別人就可以找到貴人力量35. 讚美是一面回因壁力量36. 換個角度想問題力量37. 改變生活的遊戲規則力量38. 向別人展是你的真誠力量39. 摘掉生活的眼鏡附錄 十句話讓你感悟人生

<<不抱怨的力量>>

编辑推荐

本書特色 這是一本撫慰心靈的書。

本書通篇以「故事十心靈處方簽」的方式展開,收錄的39個故事,結合了心理學的解讀,展示出39種簡單生活和輕鬆工作的姿態,淺顯易懂,如隨身而行的心理諮詢師,當你情緒低落、沮喪、失意時,給你以安慰和力量:當你歡欣、得意時,幫助你平靜自己的心靈。

這些貌似平凡但卻讓人讀來若有所思的小故事,體現毫無矯飾的樸素率真之美,傾訴著對生命的全新體驗和深刻感悟。

<<不抱怨的力量>>

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