

《人一生必须知道的成功心理》

图书基本信息

书名：《人一生必须知道的成功心理》

13位ISBN编号：9787802133006

10位ISBN编号：7802133009

出版时间：2006-7

出版社：海潮出版社

作者：朱月龙

页数：244

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《人一生必须知道的成功心理》

前言

成功心理学的创始人唐纳德·克里夫顿博士说：“成功心理学是一门关于发挥人的最佳效能的科学。它致力于发现和促进那些能使个体和社会成功的因素，关注对成功的生活与职业的贡献。”成功心理学在做了大量实验的基础上，总结出了一个基本规律，让你知道你到底是谁。当你看到别人在做某件事时，你心里是否有一种痒痒的召唤感——“我也想做这件事”，当你完成某件事时，你心里是否会有一种愉快的欣慰感——“我还可以把这件事做得更好”。我们经常都会有这样的想法：“别人能成功，为什么我不能？”这种召唤感会让你逐渐走向成功，在这个过程中，你的情绪会得到平衡；你的潜能会得到开发，你的效能会得到提高。我们每个人都有优势和劣势，传统智慧要求人们做事要尽可能地做到完美，但事实上，这是一个悖论——当人们力求完美的时候，需要把精力和时间用于弥补缺点，所以就无暇顾及增强和发挥优势了。这种状态的直接后果是难以获得成功。这就是人们为什么需要成功心理学的原因了。

《人一生必须知道的成功心理》

内容概要

《人一生必须知道的成功心理》内容简介：成功心理学在做了大量实验的基础上，总结出了一个基本规律，让你知道你到底是谁。当你看到别人在做某件事时，你心里是否有一种痒痒的召唤感——“我也想做这件事”，当你完成某件事时，你心里是否会有一种愉快的欣慰感——“我还可以把这件事做得更好”。我们经常都会有这样的想法：“别人能成功，为什么我不能？”这种召唤感会让你逐渐走向成功，在这个过程中，你的情绪会得到平衡；你的潜能会得到开发，你的效能会得到提高。我们每个人都有优势和劣势，传统智慧要求人们做事要尽可能地做到完美，但事实上，这是一个悖论——当人们力求完美的时候，需要把精力和时间用于弥补缺点，所以就无暇顾及增强和发挥优势了。这种状态的直接后果是难以获得成功。这就是人们为什么需要成功心理学的原因了。

《人一生必须知道的成功心理》

作者简介

朱月龙，1965年生，1989年获得浙江大学心理学硕士学位，2005年在浙江大学攻读博士学位。现任苏州大学心理学系副教授，应用心理研究所所长。朱月龙教授在学术和写作方面颇有建树，其主要研究方向为企业管理心理学，员工心理援助。出版主要著作有《人才招聘与应聘》、《心理健康全书》等。开发评测工具有企业绩效管理实施评估系统。朱月龙教授强调，心理学要学以致用，只有实用的心理学才是老百姓真正需要的。这本《人一生必须知道的成功心理》定会给每一位读者带来难以想象的益处。

《人一生必须知道的成功心理》

书籍目录

第一章 释放潜能有这样一个故事：曾经有一个有钱有势的富翁，一天他的一位穷亲戚来拜访他。富翁很同情这位穷亲戚，所以好酒好菜，热情款待。结果穷亲戚酒醉不醒。富翁想帮助穷亲戚，却怕他不好意思接受，就悄悄地把一些珠宝塞进他的破衣服中。穷亲戚醒后依然如同往常一样四处流浪，浑然不知自己身怀重宝。不久，富翁与穷亲戚再次相遇，富翁告诉穷人衣服中藏宝的真相，穷人方才如梦初醒。原来这么多日子以来，居然没有发觉自己身上的宝藏。其实每个人身上都存有“宝藏”，那就是人的潜能。只有从来不使用它的人才无法发现它的存在。什么是心理潜能？/ 3潜能需要自我激发 / 6为自己定一个高目标 / 9心动不如行动 / 12行动意识测试 / 15成功动机测试 / 17做好你的生涯规划 / 20你的价值在哪里？ / 25一切从“0”开始 / 31沙漠中的选择 / 36职业个性测试 / 39你要成为什么样的人？ / 45第二章 完善性格根据心理学研究成果，人的个性与人的气质有密切的关系。人的气质很大程度上决定着人的个性差异。心理学中最早的有关性格的学说是心理学家卡雷努思根据古希腊名医希波克拉斯的“液体病理说”所提出来的“四气质说”。“四气质说”把人的性格从总体上分为“阳刚”“平淡”“忧郁”及“急躁”四大类，不同的人各属于其中的一种，这种学说直到今天也让人深有同感。卡雷努思在指出不同的性格对人的一生有不同的积极作用之后，又提醒世人不同的性格还有各自的弱点，它们毫不客气地对人的一生产生消极影响。健全的个性造就成功 / 51气质与个性 / 53四种成功的典型性格 / 56成功人士性格的特征 / 58如何培养受欢迎的性格 / 61内向型性格的成功之路 / 66外向型性格的成功之路 / 68依据个性选择职业 / 70不同的性格如何经营人生 / 73敏感型性格如何选择事业 / 77如何培养自我克制的性格 / 79沉静的性格如何寻求突破 / 82好强性格不可过度 / 83胆量是事业成功的机遇 / 85如何改掉暴躁的脾气 / 86如何在犹豫与果断中找平衡 / 89倔强性格不利于人际关系 / 91一眼看穿别人的性格 / 93第三章 保持良好的心态在闻名世界的美国纽约自然博物馆里，陈列着一块数百公斤重的大石头，看上去很普通，可是仔细看，会发现这块石头有一个缺口，顺着缺口望进去，会发现里面是一块闪光耀眼的紫水晶。关于这块石头，有一个动人的故事。它本是扔在一个美国人院子里的一块废石，因为主人觉得它有碍观瞻，让人移走，在把它向车上搬运时，工人不小心把它掉到了地下，摔出了一个缺口，露出里面包着的紫水晶，人们惊呼：“这是价值连城的宝物啊！”当主人知道了真相后，很平静地说：“这块石头，我本来就是要丢掉的。现在虽然发现它是宝物，想必是上帝的旨意，就把它送给博物馆吧。”做人要有好心态 / 97在工作中寻找乐趣的心态 / 102要做工作的主人 / 105要有淡泊名利的心态 / 107培养自我信任的心态 / 109把缺陷视为成功的动力 / 112小不忍则乱大谋 / 115好马不吃回头草 / 118坚信时间就是金钱 / 120如何利用时间 / 123活到老，学到老 / 125从健康中寻找成功的心态 / 128健康比金钱更重要 / 130如何积极正确地追求快乐 / 132莫让他人左右你的心态 / 134第五章 学会选择，懂得放弃第六章 超越心理障碍

《人一生必须知道的成功心理》

章节摘录

插图：尤其是在处理与领导者的关系时，性格倔强的人会使领导处处为难，时时感到心中不快。倔强的人有斗争精神，他们对困难和恶势力敢于斗争，但是领导不是恶势力，通常情况下是属于你必须服从的那种人。倔强的人，由于性格的顽强表现，会错把领导当成恶势力而与之对立；他会不把领导人放在眼里。每当领导与他商量工作时，他都直言不讳地提出意见。领导会误解成顶撞自己、成心找茬。心胸宽广的领导知道他就是这种倔强性子，不与他一般见识；而心胸狭窄的领导对你说的每句话都要琢磨半天，想问个明白，究竟为什么你这样为难、刁难、发难领导呢？是有野心？是瞧不起领导？是什么事得罪了你？他弄不明白，咽不下老被你顶撞这口气，他逐渐形成对付你的办法，他要采取行动。于是你就会被领导今天动一次、明天动一次，让你总在不安中生活，让你为顶撞领导付出代价。有的领导可能比较有城府，他不与你正面交锋，表面上他客客气气，其实他早已不知为你的哪句话，为你的哪件事和你较上劲了，而你还不知道。他把你与“蛇蝎”一样的同事调在一起，让你被“蛇蝎”天天撕咬，让你神经受刺激。这种领导会用借刀杀人之计，然后说你的处境他一点也不知道。这又是一种让你付出代价的方法。经受来自领导的打击后，具有倔强性格的人一般不知悔改、不知调整自己的个性。性格倔强的人少成功机遇，就是这个道理。

《人一生必须知道的成功心理》

媒体关注与评论

其实每一个人身上都隐藏着无限的潜能，但大部分都被随意地浪费掉了。——(超级记忆奇人)韩升君截至目前，人类共有400多种优势。每一个人应该知道自己的优势是什么，之后要做的则是将自己的生活、工作和事业发展都建立在这个优势之上，这样方能成功。——(成功心理学创始人)唐纳德·克里夫顿博士我是谁?我身居何处?我的人生方向是什么?我需要什么?我能给予什么?在完成这一系列的“明白”之后，我们的心理才能达到真正意义上的平衡。——(心理咨询专家)舒唱尽管成功者的成功路径各不相同，但成功者都有一个共同点——扬长避短，而不是力求完美。事实上，当人们把精力和时间用于弥补缺点时，就无暇顾及增强和发挥优势了。——(世界心理咨询业巨头)盖洛普

《人一生必须知道的成功心理》

编辑推荐

《人一生必须知道的成功心理》：完美人生的第一项修炼超越心理障碍，开发自我潜能，释放恶劣情绪，调节心理平衡，解除心理困惑，燃烧成功冲动。心理因素是成功的第一要素开发你的潜能力，挖掘你的在功细节。

《人一生必须知道的成功心理》

精彩短评

1、买的初衷：想在别人面前变的更好而已 仅此而已

《人一生必须知道的成功心理》

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:www.tushu000.com