

《改变-你值得更好的生活》

图书基本信息

书名：《改变-你值得更好的生活》

13位ISBN编号：9787512411289

10位ISBN编号：7512411286

出版社：周子彦 北京航空航天大学 (2013-05出版)

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

《改变-你值得更好的生活》

前言

改变其实很简单 当人们习惯于一种行为模式，即认可了自己的生活，即便有再多的不满、委屈和沮丧，也总会按照旧有的方式行事。其实，改变很简单，关键在于有没有要去改变的想法和行动。有一个咖啡屋的老板，每晚打烊后，都为客人随便乱丢的烟蒂和垃圾而烦恼。他多次提示客人，甚至还做了告示牌放在吧台上，无奈何，客人还是视若无睹。久而久之，老板也习惯了每晚清扫垃圾。直到有一天，一位年轻男孩的话改变了这一切。男孩对他说：“如果你的咖啡屋是干净的，谁还会在这里乱丢垃圾？”老板恍然大悟，立即把咖啡屋重新打理一遍，地上铺了精美的地毯，桌上摆放芬芳的鲜花，咖啡屋变得一尘不染、清新舒适。从此以后，整间咖啡屋除了在垃圾桶里，再也找不到垃圾了。瞧，这就是改变的力量！俗话说：“江山易改，本性难移”，可见改变是多么困难，仿佛有股神秘的力量企图把人拉回原点。实际上是人们自设障碍，过分地夸大改变的难度。决定生活如何度过，并非兹事体大的问题，而是生活中的细节。如果能根据所处的场合打造合适的形象，如果能换个思维，如果肯改变心态，如果能给财富制订计划，如果对人不苛刻。做事不偷懒，一切将会不一样！人生没有那么多的“如果”，却有那么多的“以后”。过去不能重来，以后的却有待创造。既然不甘平庸，不愿当下的生活成为一辈子的梦魇，那么，就从现在开始。告别过去，紧紧握住改变的力量，以最优雅的姿态、最爽朗的心情进行改变，并享受改变前后不一样的心境。但是，常人都爱跟别人灌输一个又一个的人生大道理，耳提面命似地要改变、改变，至于从哪里变？怎么变？却只字不提。这恰恰是本书的主题核心。本书选取了多个故事，从沟通方式、外在形象、思维方向、心态认知、理财思路、处事方法等方面，以平实朴素又发人深省的语言风格，叙述我们这一辈子存有许许多多可能性，必须随环境、心境做改变，将这种改变的力量握在自己手中。通过本书最实用、最有效的启示，突破障碍，重燃生活的激情与斗志，从而以昂扬的姿态笑对今后人生！

《改变-你值得更好的生活》

作者简介

心理学硕士，曾任某公司人事部主管，著有系列畅销书。

《改变-你值得更好的生活》

书籍目录

第一章 改变你的沟通方式，别让自己在说话上“撞墙”1. 让话语透出馨香——说话的技巧2. 烫手的发电机——不做毫无意义的争辩3. 在抽烟中修行——选择恰当的话表达你的意思4. 莱特兄弟的讲演——说话在精不在多5. 他为什么会被录用——说话之前先沉默三秒6. 无聊的炫耀——过度炫耀只会伤人害己7. 没有主见的八哥——别让“从众心理”毁掉自己8. 萧伯纳的说话艺术——学会巧妙机敏地说话9. 让自己成为最好的听众——善于倾听才能赢得尊重10. 关紧嘴巴的门——莫做背后议论的小人11. 神奇的甜言蜜语——赞美，快乐他人，也愉悦自己12. 纪晓岚的妙答——幽默的言辞能轻易化解困境

第二章 改变你的外在外在，别让自己输在面子1. 乔恩莫利先生的穿着实验——以貌取人是人类的通病2. 阿正的穿着变化——学会正确穿着3. 扭亏为盈的企业——穿着形象是成功的基石4. 多丽丝的实验——让自己像个成功者5. 第一印象效应——学会为自己创造良好的第一印象6. 邋遢鬼的挫折——可以没钱。但不能没品位7. 礼到人心暖，无礼讨人嫌——学会用礼貌塑造形象8. 十二次微笑——善于微笑的人更易成功9. 别让小动作毁了形象——学会控制自己的肢体语言10. 乞丐与精英的形象实验——要善于包装自己

第三章 改变你的思维方向，别让自己在观念中落伍1. 汉正街上的王氏兄弟——抢在时间的前面2. 哈默的成功策略——做别人想不到的事情3. 推销员的疑惑——做别人不愿做的事情4. 被偷次数最多的书——学会从问题中发现商机5. 绝处逢生的竞争——要拥有壮士断腕的勇气6. 不可漠视的“不需要”——“不需要”与“需要”同样重要7. 把自己最擅长的事做到极致——要善于经营自己的长处8. 贝利夫妇的新型奶瓶——发现商机要敢于尝试9. 理发店里的秘书服务——学会用新项目胜出10. 将蛋糕切开再吃——以大化小解决问题11. 奇特的创业——另辟蹊径更易抢占先机

第四章 改变你的心态认知，别让自己在心灵上绊倒1. “蛮横”的秘书——坚守你的工作职责2. 黑人孩子的梦想——有梦想，才会有未来3. 一个年轻人的奋斗经历——人生需要大格局4. 富豪买地——遏制你的贪念5. 十年之后你是什么样子——选择比努力重要6. 上校的传奇——困难并不意味着不行7. 应征者的挑战——敢于挑战才能激发潜能8. 如果上帝问你是谁——学会认清你自己9. 跳楼的女孩——打好手中的坏牌10. 成功的秘诀——学会主宰自己的命运11. 100%的奇迹——用心做好每件事12. 牧羊人的悲剧——弄清自己的需要和想要13. 你比想象的更有价值——学会提升自己的身价

第五章 改变你的理财思路，别让自己在财富上“失明”1. 获得遗产的乞丐——观念是贫富的根源2. 被冷落的理财产品——理财要有正确的心态3. 阿卡德的财富积累——善于积攒和利用每一块钱4. 兔子为什么不吃窝边草——别随意挥霍你的家产5. 理财中的马太效应——你不理财。财不理你6. 孙商人的翻身资本——学会用任何方式赚取财富7. 赚了大钱的“幸子裙”和瘟疫——学会从信息中增加财富8. 犹太富豪的贷款——学会将自己的损失降到最低9. 威尔杰克累积百万财富——学会利用别人的钱10. 旅行者与年轻人的对话——险中有夷，危中有利

章节摘录

10. 乞丐与精英的形象实验——要善于包装自己 善说者若巧士，因人之力以自为力，因其来而与之来，因其往而与之往。不设形象，与生与长，而言之与响；与盛与衰，以之所归。 ——《吕氏春秋·顺说》

买苹果时，在经过包装之后的大红苹果和沾着灰尘的凹凸不平的小苹果之间，几乎所有人都会选择既干净又漂亮的大红苹果。而且，经过包装的苹果价格远远超过小苹果数倍，因此，苹果商便会对苹果进行各种各样的华丽包装，以求引起消费者的购买欲望，赚取额外财富。日常所购买的小甜点也是一样，一个包装盒里只有几小块饼干，而每块饼干都会进行装饰，等人们吃完饼干之后，就会发现，留下来的包装纸竟然比吃掉的饼还多。其主要原因就是很多人在购买物品时，往往会根据外在包装来判断是否美味。这就是商家不惜重金进行物品包装的目的，以期达到买椟还珠的效果。商品如此，个人形象也是一样。其区别只是商品可以选择自己喜欢的，而形象则是为他人装扮。曾经有人做过这样一个实验：实验人员让一位参与者装扮成乞丐模样，而另一人穿着高级西服，装扮成一位高级白领的样子。然后让他们在某个热闹的路口过马路。结果，乞丐后面没有一个人跟随。那位白领后面却有一大群人跟着他过马路。为什么会这样？就是因为白领的形象给人一种信任感，而乞丐却不能给人信任感。所以大家从心理上都信赖这位白领人士，也都愿意跟随他。而对于那个乞丐却不相信，所以没有一个人愿意跟他过马路。接下来，参与实验的乞丐又走进长途客运的售票厅，等他在队列中好不容易挤到了售票口，小声对女售票员说道：“请问有到嘉义的票吗？”说着，并小心翼翼地把手里一张皱巴巴的钞票递了上去。没想到转瞬间，钞票却被女售票员扔了出来，并说道：“没票了，你到别的窗口看看吧。”乞丐只好无奈地拿着钞票离开了。女售票员见其离开之后，嘴里嘟囔道：“这么烂的钞票还这么脏，怎么收啊？真是的。”

见乞丐败下阵来，实验的另一位参与者，仍旧穿着一身高级西装，一副成功人士的模样来到售票口，对这位女售票员说道：“有到嘉义的车票吗？”女售票员抬头看了一眼，忙不迭地回答道：“有，请问您要几张？”“一张。”成功人士一边说着，一边掏出钞票，随意抽出两张递了进去。很快，女售票员将一张车票递了出来，嘴里还说道：“请把票收好了，谢谢！”

同样一位售票员，对待两位形象不同的消费者，在态度上竟然有如此巨大的差别，可见个人形象的包装是多么重要。一次闲聊中，一位设计师曾这样问道：“你们知道一个地方最高大最豪华的建筑物是什么吗？”见听者一脸疑惑，他笑了笑说，“看来你们还真没注意这些，告诉你们，无论在什么地方，最高大、豪华的建筑物肯定是银行。”设计师笑着说道。“是因为银行有钱？”有人疑惑地问。“当然不是，而是银行必须为自己树立起一个非常高大稳固的形象，然后让人们对它产生信赖感，从而愿意把钱存放进去。试想一下，如果银行破烂得如同茅草屋一样，谁敢把自己的血汗钱放进去呢！”设计师狡黠地说道。“这是银行对自己的一种形象包装！”众人恍然大悟。“对，无论是企业还是个人都必须对自己进行包装，为什么同样的事情不同的人做，有的人办事顺利，有的人却遭受冷遇，怎么都办不成？其根源就出在形象。”因此，形象不同，所受的待遇也完全不同。要想让自己拥有更多优势，不妨从现在开始，根据实际需求对自身形象进行包装，在提升魅力和身价同时，进一步促进人际和事务和谐顺畅。

形象魅力：人不可貌相，海水不可斗量 尽管人们常说：“人不可貌相，海水不可斗量。”但在这个快节奏时代当中，绝大部分人没有时间去研究你的“海”究竟有多深，对方在与你短暂的接触中，即是根据眼前印象，很自然地按下了形象的无声“快门”。所以，良好的形象不仅能提升个人品牌价值，还能提高自身信心。在为自己赢得更多信赖的同时，也让自己的事业和人生变得更加顺利、通达。 P51 - 53

《改变-你值得更好的生活》

编辑推荐

人生没有那么多的“如果”，却有那么多的“以后”。过去不能重来，以后的却有待创造。既然不甘平庸，不愿当下的生活成为一辈子的梦魇，那么，就从现在开始。告别过去，紧紧握住改变的力量，以最优雅的姿态、最爽朗的心情进行改变，并享受改变前后不一样的心境。但是，常人都爱跟别人灌输一个又一个的人生大道理，耳提面命似地要改变、改变，至于从哪里变？怎么变？却只字不提。这恰恰是周子彦专著的《改变(你值得更好的生活)》的主题核心。

《改变-你值得更好的生活》

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