

# 《不卑不亢不纠结》

## 图书基本信息

书名：《不卑不亢不纠结》

13位ISBN编号：9787516408921

出版时间：2014-7-1

页数：240

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](http://www.tushu000.com)

# 《不卑不亢不纠结》

## 内容概要

一个人的心态对其人生发展的影响至关重要。如果没有良好的心态，就不会有积极而正确的行动，没有行动又何谈成功。

本书深入剖析影响人生发展的几大方面：不卑、不亢、不纠结。不卑不亢不纠结是成功者所应具备的内在素质，而这里面包含的又不仅仅是不自卑、不傲慢、不犹豫这么简单的意义，更包含了对人生梦想的追逐、面对困境与压力时的淡定与从容、对人生幸福的探寻……

如果一个人能够做到不卑不亢不纠结，那么恐怕没有什么可以阻挡他（她）去成功，也没有什么能阻挡他（她）去幸福。

别让心态毁了你！最实用的情商修习术；最有效的心态掌控法。

# 《不卑不亢不纠结》

## 作者简介

欧阳震云

本名裴烨荣，祖籍河北省张家口市，心理学硕士，曾从事教育工作多年。在大众心理学及成功学方面有深入研究，现为图书策划人，自由作家，撰稿人。他的作品思路清晰，立意鲜明，语言生动有力，很容易引发读者的共鸣并给予读者实用地指导。

## 书籍目录

### 第一章 告诉自己：我很重要

成功是火，自信是煤

自信是成功的第一秘诀

别让自卑控制了你

除了你自己，没人让你自卑

不自信是心理强大的绊脚石

如何打造自信？

如何超越自卑？

### 第二章 记住：自大一点就是“臭”

可以自信，不可以自大

别让骄傲挡了你的去路

刚愎自用的人最没用

锋芒太露是找挨揍

聪明难，糊涂更难

小心，别聪明反被聪明误

### 第三章 别纠结，做大事要敢想敢干

做自己的主人

做个有魄力、敢决断的人

做个有气场、有胆量的人

战胜内心的优柔寡断

保持快乐的心态

敢于接受生命的挑战

唤起心中的勇气

试一试的勇气很重要

敢于冒险才能催化成功

### 第四章 人生，因梦想而伟大

有梦想谁都了不起

希望在，出路就在

让生命化蛹为蝶

努力吧，让梦想照进现实

对自己说：“我一定要成功！”

心有多大，舞台就有多大

给自己的人生定好位

### 第五章 跌倒了，再爬起来

不幸是刀，你握刀刃还是刀柄？

应该这样对待“输”

挫折是命运的考验

把困难当作机遇

在困难面前要积极思考

缺陷也能成为优势

失败可以让人更强大

停止诅咒自己的命运

除了你自己，没人能打倒你

不能唾手可得，那就放手一搏

### 第六章 做强者，别被压力压扁

别让压力主宰你的人生

困境中，学会放松自己

## 《不卑不亢不纠结》

学会放弃，人生不能太负重  
让心灵保持简单  
学会品尝过程的美  
给自己的情绪找一个出口  
幸福是一种感觉  
困难面前，请昂起头  
第七章 心态，是命运的骑手  
心态好坏决定人生成败  
你是谁？  
转变态度可改变你的一生  
积极点儿，一切都会好起来  
有希望就能看见彩虹  
向炉子上的水壶学习  
用热情激发你的潜能  
你有选择自己态度的自由  
为你的生活收藏阳光吧  
快乐，需要你去发现和感悟  
别为打翻的牛奶哭泣  
第八章 成功与幸福，属于内心强大的人  
世界上没有绝对的公平  
成功来源于坚持  
每天淘汰你自己  
真正的强者从不抱怨  
没有克服不了的困难  
拒绝浮躁  
不要预支明天的烦恼  
忧虑是成功的绊脚石  
第九章 好品质，是成功与幸福的根基  
小胜凭智，大胜靠德  
修炼自己的人格  
有爱的人更容易成功  
诚实的人最聪明  
丧失忠诚是对自己的亵渎  
能够容人之过，自己才好过  
感谢你的对手  
做个有弹性的人

# 《不卑不亢不纠结》

## 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](http://www.tushu000.com)