第一图书网, tushu007.com

<<男人不抓狂>>

图书基本信息

书名：<<男人不抓狂>>

13位ISBN编号：9787111130208

10位ISBN编号：7111130200

出版时间：2004-01

出版时间：机械工业出版社

作者：（美）卡尔森(Carlson,R.)

页数：179

译者：俞利军

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

第一图书网, tushu007.com

<<男人不抓狂>>

内容概要

身为男人，你是否肩负着太多的梦想、期待、责任？
身为男人、竞争、压、疲惫是否已经主宰了你的生活？
你是否相信心态可以改变人生？
在《男人不抓狂》中，我们为你提供100个减轻压力、为生活赢得更多安宁和乐趣的策略。
和生活谈一场恋爱；多花些时间陪伴孩子；不要让竞争精神占据你的生活；压力不等于魅力；避开追求的陷阱；无须事必躬亲；不决定也是一种决定；别为小事抓狂，平和、放松的你可以获得更大的成功。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

卡尔森博士是美国著名的演说家，也是开业的压力咨询顾问，更是一个新时代的激励大师。
在全世界，他的著作、演讲、录音带风靡了上千万的读者大众，造成了世界性的“卡尔森旋风”。

《别为小事抓狂》系列目前有20多种译本，在100多个国家出版发行，全球销量超过2000

第一图书网, tushu007.com

<<男人不抓狂>>

书籍目录

译序 身为男人自序 做一真正的男人1、拥有一段风流韵事2、平和地思考3、多花些时间陪伴孩子4、接受妻子建议5、不必认真6、不知为不知7、参与一项特殊事业8、学会自嘲9、别让竞争精神占据你的生活10、从打高尔夫球中感悟生活11、每天留出1小时12、不再弃船而逃13、把生活当做一次测试14、学会思维的向前跳跃15、压力不等于魅力16、和别人一起分享你的梦想17、做一个解决问题的人18、宽以待人19、保持对事物的正确认识20、不要忘记你的好友21、体味生活22、看啊，那只猫拖进来了什么？
23、至少每周为别人做一件有意义的小事24、避免“好像”之类的假定25、当心陷入“比较的陷阱”……

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

书评男人不抓狂，平和、放松的你可以获得更大的成功。
100个通向完美人生的简单策略，轻松获得真正的成功。
我们一直为人生努力着，却不经意间错失了多少生命中的神奇与美好？
所以，现在开始，请你活在当下，平和、放松的你将获得更大的成功。

第一图书网, tushu007.com

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