

<<心情决定事情>>

图书基本信息

书名：<<心情决定事情>>

13位ISBN编号：9787502158422

10位ISBN编号：7502158421

出版时间：2006-12

出版时间：石油工业

作者：孟华琳

页数：184

字数：160000

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>

<<心情决定事情>>

内容概要

失败在很多时候，并不是因为技不如人，也不是因为我们不具备成功的实力，而是我们在很多时候，在心理上默认了一种固定不变的看法，这种看法往往会让人们觉得自己根本就不可能实现某个目标。这种定式心理在很大程度上禁锢了人的思维，也同时囚禁了人们创新的脚步。一个人的心情是一个人真正的主人，要么是你去驾驭生命，要么是生命驾驭你，而你的心情将决定谁是坐骑，谁是骑师.....

<<心情决定事情>>

作者简介

孟华琳（apple）现居台北。

美国哈佛大学心理学硕士、英国牛津大学行为分析学博士。

曾任美国雅黛公司东南亚区公关经理、宝洁公司大中华区公关部经理，现任美国吉得堡教育集团首席讲师。

曾培训服务的客户有雅芳、ABB、3M、联合利华、柯达、明基、华硕等国内外著名企业。

是近年

<<心情决定事情>>

书籍目录

只有糟糕的心情，没有糟糕的事情 1.心情的颜色会影响世界的颜色 2.1%的坏心情会导致100%的失败
3.你怎样看，就会有怎样的结果 4.给心情做个深呼吸 5.用平常心来领略生活活在当下，放下坏心情 1.
活在此刻，感受现在 2.过去不等于现在，现在不等于未来 3.放下立即快乐 4.你放不下又能怎样 5.解
放心情把握心情，就把握了事情 1.发威又如何 2.给暴怒降温的处方 3.换个角度试试看 4.这是你想要的
结果吗 5.掌握心情的法则坏心情不上身 1.打造你的金刚之身 2.把坏心情阻挡在一米之外 3.缠脱只
有自在，心了即是净土 4.保持积极的心态 5.心理平衡是好心情的导师传递你的积极情绪 1.你现在的
心情对吗 2.如何运用体态与表情判断心情 3.快速感染他的奥秘 4.接收一个好心情可以舒服一整天 5.
懂得好人缘的秘密武器让心情适应事情 1.左右不下天气可以左右心情 2.处理事情要先适应心情 3.让别
人适应你不如你去适应别人 4.自我适应事半功倍 5.学会接受无法改变的事情改变心情，就能改变结果
1.心态决定方向 2.积极的态度对结果很重要 3.消极的态度会摧毁一切 4.最后的一个办法就是改变 5.决
定改变就不会太晚

<<心情决定事情>>

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>