第一图书网, tushu007.com

<<熟男的9根肋骨>>

图书基本信息

书名：<<熟男的9根肋骨>>

13位ISBN编号：9787505121072

10位ISBN编号：7505121073

出版时间：2012-3

出版时间：红旗出版社

作者：闫寒

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

<<熟男的9根肋骨>>

前言

要生活就要有能力　舞台小社会，社会大舞台。
你能否成为一个出色的戏子，能否成功地演好自己的戏，就取决于你个人的素质与能力。
跟人有肋骨才能直着腰板生活一样，一个人，尤其是男人必须练就多方面的能力，才会在社会上立身处世。
　自我管理是人生最基础的能力之一，因为一个人的情绪、性格、习惯等主观因素，只有在理智的支配下，才能将个人的潜能发挥到最佳状态。
人如果连自己都管理不好，也就没办法管理身外的任何事情，自然成功对于这种人来说也就成为一句空话。
只有切实地将自己的主观因素，控制在理智的行为之下，个人的潜能与内在资源，才能完全甚至是超常地发挥出来。
　社会是人的群体，形象塑造是个人立足社会的头号门票。
人们以“看人下菜”，来说明形象对于个人处事立身的重要性，也以“人气指数”来说明个人在社会上的人缘关系，而“看人下菜”、“人气指数”都取决于个人的形象。
完美形象，正像市场上可以热销的商品包装，可以在极短的时间里招人眼目。
　有生活就有压力，只有胸无大志的人，才会终日沉醉于盲目乐观中，压力是客观存在的。
但是，如何面对压力，如何排除这些压力，又是直接关系到个人能否取得成功的决定性因素。
只有那些正视压力，将压力因势利导化为助力的人，才会一往无前地走好自己的一生。
　不管你是乐意还是不乐意，人际关系将与你的生活如影随形，而且直接影响到你的个人生活与个人发展。
人际关系，不仅涉及你的个人魅力，同时也反映出你的个人素质，因为人们大多是喜欢与个人素质较高的人来往。
在人们的观念里，一般性地认为，人际关系较广的人办事能力就强，给人一种有实力的感觉，反之，则被归入能力较差的一族。
　在生活中，人们欣赏“少说多干”或“只干不说”的人，对“多说少干”或“光说不练”的人则给以敬而远之的态度。
一次行动足以彰显你的优点与缺点，使你能够及时找到人生的突破口，我们应以行动为准则，从骨子里去发现个人的能力与发展前景。
　人生要想完美，就需要你去苦心经营，而思考则成为苦心经营的第一要素。
因为没有目的没有计划的冲动，只会使人陷入困境。
只有经过周密地思考、缜密地计划，人、事、物才能在理智经营的支持下达到完美境界。
所以，学会思考、学会理智，是一个人成功的必备素质之一。
　来世一遭，难免会遇到各式各样的难题，难题不可能千篇一律，更为确切地说，是不可能有两道难度相同的难题。
如果用一种固定不变的思维方式去面对难题，一定是行不通的，因此，人们必须要学着用发展的眼光、发展的观念去对待事物，才能在人生旅途中一帆风顺。
　“物竞天择，适者生存”是亘古不变的真理。
竞争能力是社会发展的需要，也是个人生存的需要，任何人都必须认清竞争的实质，从多方面训练自己的竞争能力，方能充实地走好自己的人生之路。
　编者

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书要生活就要面对方方面面的问题，所以你就必须练就多方面的能力以解决这些问题。书中作者认为，一个成熟男人必须具备就方面的能力：自我管理能力、自我塑造能力、缓解压力能力、人际交往能力、行为动手能力、思考能力、创新能力、应变能力、竞争能力。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

闫寒，又名闫书平，1973年生。
山西五台人。
先后毕业于华北科技学院、中国人民大学。
曾在中铁十八局、联想集团、桑德集团等大中型企业做过管理工作。

第一图书网, tushu007.com

<<熟男的9根肋骨>>

书籍目录

前言要生活就要有能力
第1根肋骨自我管理能力
　把心态摆放在合适的位置上
　让自己积极进取
　产生积极的情绪蒸汽
　远离不良情绪
　可以说话，但要把握分寸
　孤独，一种情绪癌症
　珍惜每一刻
　忙里偷闲
　留得青山在
　要相信自己一定能够成功
　别在别人的手掌下转圈
　理清工作与生活
第2根肋骨自我塑造能力
　货卖一张皮
　包装是一种文化
　以优势吸引注意力
　发挥优势要恰到好处
　不轻易许诺
　始终保持一种声音
　建筑信任的长堤
　工作出色塑造更好形象
　不要好高骛远
　走出自身性格的误区
　成功者的十大品质
第3根肋骨缓解压力的能力
　客观地面对压力
　辨别压力的来源
　心平气和地对待压力
　激励自我
　试图改变生活状态
　争取自我突破
　学会四大皆空
　让自己保持平常心
　……
第4根肋骨　社交能力
第5根肋骨　行为能力
第6根肋骨　思考能力
第7根肋骨　创新能力
第8根肋骨　应变能力
第9根肋骨　竞争能力
附录

章节摘录

<<熟男的9根肋骨>>

编辑推荐

《熟男的9根肋骨》由闫寒编著：男人只有练就多方面的能力，才能在社会上挺起坚实腰板！
男人不仅以自己的1根肋骨造就了女人，而且更需要以9根肋骨来成就自己。
只有9根肋骨齐全，才是真男人。
“能力”就是男人的肋骨！

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