

<<轻松突破内向>>

图书基本信息

书名：<<轻松突破内向>>

13位ISBN编号：9787506430258

10位ISBN编号：7506430258

出版时间：2004-9

出版时间：中国纺织出版社

作者：王蔚

页数：320

字数：215000

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>

## <<轻松突破内向>>

### 内容概要

首先必须承认内向性格并非一无是处，外向也并非一定会导致积极的结果。

用一分为二的眼光看，如果用内向代表着阴，外向代表着阳，突破内向，收意味着阴阳的平衡。

每一种性格都包含积极因素和消极因素。

巴甫洛夫认为，性格是先天与后天的合金，性格受于祖代遗传，在现实生活中不断改变、完善。

突破内向，只是对性格中的消极因素进行抑制，并且把该性格中的积极因素释放出来。

也许下面这则小幽默并不能证明内向性格是多么的消极，但至少可以说明在某些时候，内向确实不利于实现我们的愿望，比如爱情。

女儿问母亲：爸爸从前内向吗？母亲：要是他不内向，你的年龄比现在至少要大四岁！让我们从现在开始，轻松地突破内向吧。

## <<轻松突破内向>>

### 书籍目录

第一章为什么受伤的总是我 ——内向者的生存现状 一、播种性格，收获命运 二、改造你的内向性格 三、人“善”被人欺 四、总处于一种被动地位 五、被人忽视的总是我 六、朋友就这么几个 七、有困难时谁能帮我 八、赚钱为什么这么难 九、我总是受伤害 十、常为小事所累 十一、别人总对我有看法 十二、机会从来不垂青于我 十三、总是末等公民 十四、花落别家无人知 十五、被爱情遗忘的人 第二章笼罩心头的阴云 ——内向者的心态实录 一、“他们都不理我” 二、“他们肯定在议论我” 三、“我能做好吗” 四、我不敢走出这个圈子 五、“这可怎么办呢” 六、“你说该怎么办就怎么办吧” 七、“那多没面子啊” 八、“我就是比你强” 九、“是不是自尊心过强了” 十、“不能让他超过我” 十一、“别人老是瞧不起我” 十二、“我不敢那样做” 十三、“我肯定做不好那件事” 十四、“我不敢去见他” 十五、“这事有盼头吗” 十六、“我烦，我郁闷” 十七、“我要把它做得十全十美” 十八、“我太深沉了” 十九、“他们都不如我” 二十、“他们都不满意我” 二十一、“我这是怎么啦” 第三章这不是我的本意 ——内向者的行为实录 一、不会搞人际关系 二、不爱表达自己 三、不管搞应醉 .....第四章把阳光注入心中 ——突破内向从心灵开始第五章再也不能这样过 ——用行动的力量突破内向第六章成功就这样被你征服 ——突破内向争取成功

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>