

<<你能改变任何人>>

图书基本信息

书名：<<你能改变任何人>>

13位ISBN编号：9787515502410

10位ISBN编号：751550241X

出版时间：2012-4

出版时间：金城出版社

作者：大卫·李柏曼

页数：151

译者：董继梅

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>

<<你能改变任何人>>

前言

引言不要受抓狂的家伙影响而抓狂。

不要让令人讨厌、卑鄙的家伙惹恼你。

为什么会被不顺从你、不尊重你、不关心你或不在乎你的感受的家伙激怒，从而灰心丧气呢？

不管是你的孩子、配偶、朋友、顾客、病人、老板或同事，为什么你要去“对付”他们呢？

其实，你可以改变他们。

《你能改变任何人》提供给你一些心理技巧，帮助你让别人变得更好。

它将指导你怎样去改变他人，由此，面对难缠的家伙，你不再是容忍，或着是表现出更大的耐性。

在和男朋友分手、开除雇员或与婆婆闹僵之前，先改变他们。

你能从根本上迅速而长久地改变他们的信仰、价值观、态度和个性等，为什么要委屈自己努力地去适应他人，而不试图去改变他们呢？

在生活中，谁需要在心理、性格上改变？

如果你不喜欢某个员工的态度，想让病人戒酒，希望你的配偶更注重外表，想让你的婆婆（岳母）看到你最好的一面，希望你的朋友在性关系上不要滥交，或者想让你的小孩更坚强自信，怎么办？

这本书将告诉你怎样一步步实现你想要的改变。

用书中的心理秘诀，你可以让别人变得更好，从而你的生活也会变得更好。

<<你能改变任何人>>

内容概要

学会运用心理学的力量，你将拥有良好的人际关系和美好的人生运用本书中明确、可靠的心理操控技巧，你可以做到：培养某人的道德感 / 激发部下的忠诚，消除周围人的偏见 / 帮助他人减肥，迅速改变周围任何人的不良情绪 / 制止顽固的行为，让懒汉变成有抱负的实于者 / 让喜欢八卦的人安静，让丑小鸭变成社交高手 / 让吝啬鬼变得慷慨，培养任何人坚定的责任感 / 让任何人更恭敬、更谦卑、更宽容。

<<你能改变任何人>>

作者简介

大卫·李柏曼 (David J. Leberman)，理学博士，国际畅销书作者，广受欢迎的演说家和咨询顾问，人类行为学领域的全球领军人物，“神经官能分析”短期治疗法的创始人。

他研发的各种方法和技巧，为美国FBI、海军部、全球500强企业以及20多个国家的政府部门和公司运用。

他在美国200多个节目中曝光并且频繁做客美国国家公共广播电台 (NPR)、美国公共广播电台 (PBS)、今日秀 (The Today Show) 和福克斯新闻 (Fox News) 等，受到全世界各大主流媒体的追捧，被誉为人类行为学领域“专家中的专家”。

本书中，大卫·李柏曼博士为读者提供了迅速应对和解决各种突发情况的实用心理策略，无论事情如何发展或者牵涉到多少人，一切都将在我们的掌握之中。

<<你能改变任何人>>

书籍目录

致谢

引言

致读者

如何使用本书

第一部分 如何改变任何人的信念和价值观

第1章 你能改变一个不希望改变的人吗

第2章 信念和价值观

第3章 让任何人品行更端正，行为更合乎道德

第4章 唤起任何人的忠诚

第5章 消除任何人心中的偏见

第6章 改变不愿陪孩子的父母

第7章 激励任何人减肥

第二部分 如何改变任何人的情绪状态

第8章 快速改变身边任何人的情绪

第9章 帮助任何人更喜欢自己

第10章 消除任何人的自毁行为

第11章 紧急情况下的技巧

第三部分 个性的整形手术

第12章 你真的能改变一个人的个性吗

第13章 阻止任何人的固执行为

第14章 让任何人更坚定自信

第15章 让懒汉变成实干者

第16章 让喜欢八卦的人安静

第17章 让任何人更开朗，更善于表达

第18章 让丑小鸭变成社交高手

第19章 让吝啬鬼变得慷慨

第20章 帮助任何人减轻内疚

.....

第四部分 如何改变任何人的态度和行为

结语

<<你能改变任何人>>

章节摘录

版权页:第一部分如何改变任何人的信念和价值观第1章 你能改变一个不希望改变的人吗谁希望自己是一个混蛋呢?谁希望有糟糕的人际关系?谁希望自己粗心大意,除了自己之外,不关心任何人、任何事呢?谁希望追求毫无意义的目标呢?每个人都希望自己变得更好。

没人想自毁。

没人愿意满口脏话,毫无理由地仇恨别人,信仰不自由,或者情绪不稳定,令人讨厌等等。

这些行为没有一个让我们感觉舒服。

我们希望改变这些不好的行为。

但是,我们做不到这点。

虽然我们知道这种改变,某种程度上对我们来说是对的,但情感上我们仍然有障碍。

大多数人都很想改变。

就自己的生活来说,我们知道这一点是事实。

当我们有能力解决问题时,自我感觉会比较好。

当然,也有人说一贯的生活方式让他们很快乐,他们不需要改变。

但是他们所说的不是真话。

欺骗自己,人类是老手。

事实上,说不希望改变正表明他们在撒谎。

所以,你能改变一个不希望改变的人吗?这个问题无关紧要,因为这种人在现实生活中是不存在的。

我们所有的人都希望变得更好,都希望感到满足。

我们想尽办法发挥潜能,并希望拥有更多的潜能。

问题是,我们怎样经受改变。

在下面的章节中,将介绍一些心理技巧,运用它们,你可以努力消除个人情绪阻力,从而在任何领域都能产生持续的改变。

这些对策能帮助你让任何人变得更好。

<<你能改变任何人>>

媒体关注与评论

一本非常棒的书……每个人都应该一读。
因为我们都面临着自己的问题和不必要的人际纷争。

ABC 广播网李柏曼的作品，很少泛泛而谈，也不唱高调不务虚，他擅长运用实证研究、个案解析的方法，通过一个个具体的情境模拟来阐述相应的原理、技巧。

他的一系列著作，主题都得到高度的统一：如何运用心理策略在商业场合获得竞争优势，从而成为卓有成效的管理者。

——《销售与市场》

<<你能改变任何人>>

编辑推荐

人类行为学权威、《纽约时报》畅销书作者，大卫·李柏曼博士心血之作，美国FBI、海军部、全球500强企业广为运用的心理学理论。

开除雇员、和恋人分手，和朋友闹僵之前必看的书，你可以改变他们，29种实用心理操控技巧，快速改善人际环境，让你轻松掌握职场与生活！

<<你能改变任何人>>

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>