

<<做人做事好心态>>

图书基本信息

书名：<<做人做事好心态>>

13位ISBN编号：9787802139633

10位ISBN编号：7802139635

出版时间：2011-7

出版时间：海潮出版社

作者：李一凡

页数：307

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>

## <<做人做事好心态>>

### 前言

我们一生的活动无非就是做人做事。

有句话说得好：先做人，后做事！

其实，做人与做事是密不可分的，做人是做事的根本，我们做什么样的人决定了我们能够做什么样的事。

做人，是需要我们每个人用一生的光阴来修炼的。

做事要先会做人，因为做人的格局决定了做事的空间。

一个人的人生态度，决定了做人的优劣和做事的成败；一个人的品德，决定一个人的人生走势和走向。

也就是说，做人做事的心态将直接决定着人生的成败。

心理学家经过研究发现，心态决定着人们的生活质量，又掌握着每个人的命运。

心态与个人的命运息息相关，无论是做人还是做事，我们都必须保持一颗健康、良好的心态，只有心态摆端正了，做人做事才会得心应手。

在生活中难免遭遇一些挫折和困顿，难免会遇到一些不顺心的事情。

怎样看待这些事情，则是个人的心态问题。

好心态就能大事化小，小事化无；不好的心态，则会酿成心理疾病，甚至会酿成灾祸。

我们每个人都希望自己能够收获好的命运，那么，做人做事就必须要有一个好的心态。

有好的心态，我们才能做好人做好事。

美国成功学大师拿破仑·希尔关于心态的意义说过这样一段话：“人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异！

很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败。

”我们要选择好的心态还是选择不好的心态，决定权在自己手中，好的心态是人生道路上的一盏明灯，选择了它就有了成功的希望；不好的心态是人生道路上的绊脚石，选择了它就会走向失败的境地。

做人做事的好心态体现在为人处事的一件件小事中，体现在生活中的点点滴滴里。

古人云：“欲成事先成人。

”这也是一生做人做事的准则。

其中蕴含的道理绝非三言两语就能说清的。

本书从做人做事的心态这一方面着手，分析心态对于人生的重大意义和重要性，告诉读者如何培养建立好心态以及怎样克服坏心态。

好心态需要去学习，需要生活的历练。

只有学练结合，才能铸就好心态。

心态无时无刻不影响着我们的一切。

人生短暂，时间总是不经意间从我们之间溜走，事情好像总也做不完。

暂且停下忙碌的脚步吧，调整一下心态，相信我们会处理好更多的事情。

让我们从现在做起保持健康的心态，获取生活与事业的成功。

## <<做人做事好心态>>

### 内容概要

有什么样的心态，就有什么样的思维；有什么样的思维，就会有怎样的行为；有什么样的行为，就有什么样的生活。

由李一凡编著的《做人做事好心态》重点分析心态对于做人做事的重大意义，内容基本涵盖了生活、工作及学习中遇到的各种心态问题，案例丰富，理论周全，值得一读。

《做人做事好心态》共十三章，主要内容为掌握好心态，规划人生方向，只要相信自己，你就是最后赢家，坚定信念，全力以赴做好事情，适时调整心态，战胜失败与挫折，拒绝人性弱点，理智对待人生等。

## <<做人做事好心态>>

### 书籍目录

#### 第一章 掌握好心态，规划人生方向

- 人心是万物的主宰
- 心态对人生的影响
- 心态决定命运
- 自我反省，改变你的心态想法
- 唯有立志者，方能成大事
- 有一个明确的奋斗目标
- 成功的人生需要合理规划
- 给人生一个准确的定位
- 改变心态打造美好未来

#### 第二章 只要相信自己，你就是最后赢家

- 相信自己的潜力
- 相信自己的能力
- 信心是成功的秘诀
- 相信自己是什么，就会是什么
- 对自己充满信心
- 相信自己是最棒的
- 提升自信有方法

#### 第三章 坚定信念，全力以赴做好事情

- 信念是做人的关键
- 坚定的信念让人产生动力
- 恒心是成大事者的特征
- 把不可能变为可能
- 做事要有非做成不可的决心
- 遇到困难绝不后退
- 希望就是力量
- 只要不放弃，就会赢得成功
- 全力以赴，坚持到底
- 竭尽全力做好每一件事情

#### 第四章 适时调整心态，战胜失败与挫折

- 激流勇进，迎难而上
- 在逆境中崛起
- 在挫折中奋起
- 面对逆境，要有忍耐的心态
- 挫折与失败是成功的序曲
- 用阳光心态面对生活的不幸
- 在失败中求胜利
- 挫折可以激发人的进取精神
- 从挫折与失败中吸取教训
- 让挫折增强你的意志力

#### 第五章 拒绝人性弱点，理智对待人生

- 克服自卑心态
- 消极心态使人失败
- 不要过分地依赖
- 克服嫉妒心理

## <<做人做事好心态>>

克服猜疑心理  
克服偏见心理  
摆脱浮躁心态  
摆脱狭隘心理  
改变抱怨的心态  
改掉拖延的恶习  
克服逃避的心态

### 第六章 选择与放弃间，彰显人生智慧

选择的艺术  
选择自己所热爱的  
懂得放弃才会有所收获  
有选择就有放弃  
该放手时就放手  
放弃也是一种选择  
毫不犹豫地放弃眼前的私利  
谨慎选择你的朋友

### 第七章 保持平常心态，要拿得起也要放得下

拿得起是勇气，放得下是度量  
既要拿得起，也要放得下  
人生最大的幸福是放得下  
有得必有失，有失必有得  
以乐观的态度看世界  
不要患得患失  
只要付出，就会有收获

### 第八章 诚信做事真诚待人，彰显人格魅力

诚信是人生的一笔巨大财富  
只有诚实的人才可担当大任  
恪守诚信的美德  
诚实是一种美的力量  
做人做事要讲究信誉  
诚信比才干更重要  
以信为本，诚信待人  
真诚对人，别人也会真诚对你

### 第九章 心胸豁达，多一份宽容海阔天空

让心胸变得宽广  
成就大业者需要大度量  
宽恕伤害过你的人  
忘掉别人对你的不好  
容纳和接受别人的缺点  
不要事事计较，而要谦让大度

### 第十章 控制情绪，心平气和好做事

成功者善于控制情绪  
不要被情绪左右  
自我控制是做人的根本  
处理不良情绪的方法  
不要被情绪摆布  
战胜自己的情绪

## <<做人做事好心态>>

控制怒气，别意气用事

不要无缘无故乱生气

### 第十一章 常怀感恩心，人生更快乐

做人要有一颗感恩的心

别忘记表达出你的感激之情

懂得感恩就会快乐

感谢生活的馈赠

多一些感恩，少一些抱怨

懂得感恩会获得很多

用孝心回报父母养育之恩

学会珍惜，你的人生会更快乐

做人要懂得惜福

### 第十二章 乐观向上，再苦也要笑一笑

乐观是幸福的通道

快乐需要自己去寻找

乐观地面对人生

快乐的生活就在身边

培养乐观精神

让每一天都快乐

用微笑面对遇到的困境

经历困境，享受快乐

苦与乐取决于生活的态度

知足常乐是一种境界

幽默是快乐的催化剂

消除恐惧，平静地面对困难

好心态有益于健康

### 第十三章 低调做人，高标准做事

低调做人，是一种品格

越是低调做人者，越能成就大事

该低头时就低头

标准提高，姿态放低

以平和的心态做人，不要总争第一

用谦虚对付骄傲

人生道路上能谦让三分

脚踏实地去做

全心全意把事做好

热情的心态是最有效的做事方式

## &lt;&lt;做人做事好心态&gt;&gt;

## 章节摘录

人心是万物的主宰 曾经有一位高僧，他每天打坐的时候，都要在面前放下一黑一白两堆小石子。用大师的话说，黑白石子代表自己的善恶两念。

善念萌生时，他会拿一颗白石子放在一边；恶念萌生时，他会拿一颗黑石子放在另一边。

最初，大师检点时发现，黑石子多，白石子少。

每当这时，大师会扇自己的耳光，痛哭着自责道：“你在苦海里轮回，还不知悔过吗？”

四十多年过去了，大师手下全部变成白石子了。

最终，大师修成了菩提道。

向善之心，人皆有之。

人性本是善良的，人能向善，人能为善。

人能向善，人才能使自己趋于美好；人能为善，人的世界才能趋于美好。

人心一善，一切的善也会随之而生；人心一恶，一切的恶也会随之而来。

善恶的来源，始发于心灵。

心灵圣洁，就使人生成为圣洁的人生；心灵恶毒，就使人生成为恶毒的人生。

心灵高明，就使人生成为高明的人生；心灵鄙陋，就使人生成为鄙陋的人生。

世间既有善良、圣洁、高明的人，也有不善、恶毒、鄙陋的人。

沾染上恶性恶习，自然会失去本心。

因此佛家说：“即心即佛”，“自心即佛”。

所以心在圣贤豪杰，即成为圣贤豪杰；心在盗贼小人，即成为盗贼小人。

想要怎样做人，全都在于自己的心怎样做。

一个人如果没有同情怜恤之心，不配做人；没有羞耻好恶之心，不配做人；没有推让谦虚之心，不配做人；没有明辨是非之心，不配做人。

同情怜恤之心，是仁的开端；羞耻好恶之心，是义的开端，推让谦虚之心，是礼的开端；明辨是非之心，是智的开端。

人掌握了这四个开端，就像身体有四肢一样。

有这四个开端而自认为无能力的，是自暴自弃的人。

养心也就是培养仁、义、礼、智之心，并扩充它们，使之能虚能大。

养心要虚要大，也就是说心地要虚空才能胸怀宽广，心地虚空必须舍弃过份的世俗物欲之念，不与世争，随遇而安。

这样，心胸才能容忍别人，体恤别人。

养心又要实要小。

心地实在才没有胡乱狂妄的念头，人对事实实在在，一丝不苟，又要小心谨慎，才能走向成功。

使自己的心地清静而又伟大高明，乃是做人最大的使命。

深究自己的心，而后发觉一切奇迹在于自己的创造。

这样的，心在我们身上，就像日照当头。

在内培养圣洁无瑕的心灵，在外自然散发闪闪灿烂的光辉。

人是天地的心，心是万物的主宰。

我们如果能随时随地观照此心，省察此心，操持此心，存养此心，不但使我们自己有主宰，天地也将有主宰。

只要主宰确立了，其他方面不确立，它们也会自己确立。

心态对人生的影响 心态就是指对事物发展的反应和理解，表现出不同的思想状态和观点。

也就是性格加态度。

性格是一个人独特而稳定的个性特征，它表现出一个人对现实的心理认知和相应的习惯化的行为方式。

而态度所指的则是一个人对客观事物的心理反应。

在生活中，人与人之间总是有一定的差异。

## <<做人做事好心态>>

为什么有一些人总是会比其他的人成功呢？

他们能够获得很多财富，拥有很不错的工作，良好的人际关系，健康的身体，整天快快乐乐地过着高品质的生活，似乎他们的状态就是比一般人好。

但是，还有许多人，虽然整天辛辛苦苦、忙忙碌碌地劳作，但只能维持一般生计。

其实，人与人之间的差别并不大。

但为什么有许多人能够获得成功，能够克服万难去建功立业，而有些人却不行？

心理学专家发现，这个秘密就在于人的“心态”。

弗洛姆是美国一位著名的心理学家。

一天，有几个学生向他请教：心态对一个人会产生什么样的影响？

他微微一笑，什么也不说，就把他们带到一间黑暗的房子里。

在他的引导下，学生们很快就穿过了这间伸手不见五指的神秘房间。

接着弗洛姆打开房间里一盏灯，在这昏黄如烛的灯光下，学生们才看清楚房间的布置，不禁吓出了一身冷汗。

原来，这间房子的地面就是一个很深很大的水池，池子里蠕动着各种毒蛇，包括一条大蟒蛇和三条眼镜蛇，有好几只毒蛇正高高地昂着头，朝他们“滋滋”地吐着信子。

就在蛇池的上方，搭着一座很窄的木桥，他们刚才就是从这座木桥上走过来的。

弗洛姆看着他们，问：“现在，你们还愿意再次走过这座桥吗？”

“大家你看看我，我看看你，都不敢说话。”

过了片刻，终于有3位学生犹犹豫豫地站了出来。

其中一个学生一上桥，就异常小心地挪动着双脚，速度也比第一次放慢了好多；另一个学生战战兢兢地踩在小木桥上，身子不由自主地颤抖着，才走到一半，就挺不住了；第三个学生干脆弯下身来，慢慢地爬了过去。

“咻”，弗洛姆又打开了房内另外几盏灯，强烈的灯光一下子把整个房间照耀得如同白昼。

学生们揉揉眼睛再仔细看，才发现在小木桥的下方装着一道安全网，只是因为网线的颜色暗淡，他们刚才没有看出来。

弗洛姆大声地问：“你们当中还有谁愿意现在就通过这座小桥？”

“学生们仍然不敢应声，‘你们为什么不愿意呢？’”

弗洛姆问道。

“这张安全网的质量可靠吗？”

“有学生心有余悸地反问。”

弗洛姆笑了：“我可以解答你们的疑问了，这座桥本来不难走，可是桥下的毒蛇对你们造成了心理威慑，于是，你们就失去了平静的心态，乱了方寸，慌了手脚，表现出各种程度的胆怯——心态对行为当然是有影响的。”

” P2-4

## <<做人做事好心态>>

### 编辑推荐

心态决定人们的生活质量，掌握着每个人的人生命运。

无论是做人还是做事，都必须保持一颗健康、积极的心态，只有心态端正，做人才会左右逢源，做事才会得心应手。

由李一凡编著的《做人做事好心态》从做人做事的心态这一方面着手，分析心态对于人生的重大意义和重要性，告诉读者如何培养建立好心态以及怎样克服坏心态。

<<做人做事好心态>>

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>