

<<赢在自励>>

图书基本信息

书名：<<赢在自励>>

13位ISBN编号：9787504470003

10位ISBN编号：7504470007

出版时间：2010-10

出版时间：中国商业出版社

作者：庆俊梅

页数：257

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>

## <<赢在自励>>

### 前言

人们常说：一个人最大的敌人就是自己。  
其实谁也没有把你打倒，能打倒你的只有你自己。  
所以，在任何情况下，即使是身处绝境也不要放弃自己的信念。  
要相信自己有战胜困难的力量，只有这样，你最终才能超越自我，实现人生的伟大飞跃。

有很多人都畏惧苦难，害怕苦难。  
当苦难来临的时候，像个胆小鬼似的逃跑。  
其实，苦难是人生的一笔宝贵财富，人的一生经历坎坷是很正常的，没有经历苦难的人生是不完整的人生。

如果你将过去的苦难看成是人生的痛苦的回忆，而不是把它看做一笔宝贵的财富好好地利用的话，你就是在白白浪费你的宝贵资源。

俗话说：吃得苦中苦，方为人上人。  
没有苦难的经历，就不会有在苦难中奋发后的成功，更不会有成功之后快乐的满足感。  
苦难可以磨练你的意志，让你变得更加坚强。

居里夫人是全世界女性的骄傲。  
她曾经说过：“我从来不曾有过幸运，将来也不指望幸运，我的最高原则是：不论对任何困难都决不屈服！”

人生在世，谁都可能经历一些苦难，苦难并不可怕。  
勇敢地面对现实，对待苦难持一个客观的态度，以百折不挠的精神去战胜苦难，是成功人士不可缺少的素质。

所以，不要把苦难当做苦难，而要把它当做上帝对你的偏爱，这个偏爱也就是上帝给你准确定位和锻炼自己的机会。

你之所以能够成就伟大的事业，是因为上帝赐予你超乎寻常的苦难，这种苦难磨练你的意志，使你爆发出超常的力量，最终走向成功。

## <<赢在自励>>

### 内容概要

每个人都是独一无二的，天下没有两个相同的人。

你的存在就证明了你是合理的，所以要相信自己。

如果自己都不相信自己的能力，你还奢望谁相信你呢？自励、自信，才是你力量的源泉，是你成功的动力。

<<赢在自励>>

作者简介

庆俊梅，北京大学法学院毕业，现就职于国家知识产权局。  
任职期间多次获得国家优秀公务员和先进工作者称号，有着多年丰富的工作经验。  
著有《卓越员工必修的工作心理学》。

<<赢在自励>>

书籍目录

第一章 肯定自我，走出自卑 1. 自卑的代价 2. 克服性格上的弱点 3. 战胜自己 4. 不因自身的缺陷而看不起自己 5. 其实你很棒 6. 克服自卑 7. 看得起自己 8. 永远自信  
第二章 调整自我，找准方向 1. 切勿迷失自我 2. 认清自己 3. 根据性格定向 4. 要有自己的主见 5. 为自己准确定位 6. 正确的定位是前进的动力 7. 把握好你前进的方向 8. 一步步走向成功  
第三章 挑战自我，奋勇向前 1. 胜利就是向自己挑战 2. 克服内心的恐惧 3. 没有什么能打败我们 4. 绝不向困难低头 5. 勇敢地迎接挑战 6. 正确对待失败 7. 勇敢地面对困难的挑战 8. 要经得起失败的考验  
第四章 重塑自我，不要悲观 1. 态度的力量 .....第五章 镇定自我，永不放弃第六章 透视自我，告别懒惰第七章 强化自我，抛开依赖第八章 突破自我，勇担责任第九章 坚定自我，心存信念第十章 超越自我，走向辉煌

## &lt;&lt;赢在自励&gt;&gt;

## 章节摘录

温斯顿·丘吉尔说：“一个人绝对不可在遇到威胁时，背过身去试图逃避。

若是这样做，只会使危险倍增。

但是如果立刻面对它毫不退缩，危险便会减半。

绝不要逃避任何事物，绝不！

” 很多人在遇到困难时便会觉得自己一无是处，这样就会导致自己成为一个自卑的人。

自卑让你低估自己的形象、能力和品质，总是拿自己的弱点跟别人的长处比，让你觉得自己处处不如别人，没有勇气做自己要做的事，严重时甚至连面对生活的勇气都会丧失殆尽。

自卑心理，人皆有之。

正如一位哲人所说：“天下无人不自卑。

无论圣人贤士，富豪王者，抑或贫农寒士，贩夫走卒，在孩提时代的潜意识里，都是充满自卑的。

” 因此你不必因自己潜在的自卑背上过重的思想包袱，你要认识到它是一种消极的心理状态。

人生若想有所作为，就必须战胜自卑感。

自卑会扭曲现实，给生活带来无谓的思想负担，使一个人的生活道路越走越窄。

我们每个人都有这样的一种心理，那就是我们中的任何人都希望证明自己是最强的、最棒的人物，或者至少也要证明自己不是孱弱的。

当一个人得到别人的尊重和肯定时，那人就会表现出很安慰、兴奋和快乐的心情。

而当他得不到这种需要，甚至还受到别人的批评、排斥和否定时，就会表现出失落、不安、焦虑以及恐慌压抑的情绪。

温斯顿·丘吉尔说：“一个人绝对不可在遇到威胁时，背过身去试图逃避。

若是这样做，只会使危险倍增。

但是如果立刻面对它毫不退缩，危险便会减半。

绝不要逃避任何事物，绝不！

” 很多人在遇到困难时便会觉得自己一无是处，这样就会导致自己成为一个自卑的人。

自卑让你低估自己的形象、能力和品质，总是拿自己的弱点跟别人的长处比，让你觉得自己处处不如别人，没有勇气做自己要做的事，严重时甚至连面对生活的勇气都会丧失殆尽。

自卑心理，人皆有之。

正如一位哲人所说：“天下无人不自卑。

无论圣人贤士，富豪王者，抑或贫农寒士，贩夫走卒，在孩提时代的潜意识里，都是充满自卑的。

” 因此你不必因自己潜在的自卑背上过重的思想包袱，你要认识到它是一种消极的心理状态。

人生若想有所作为，就必须战胜自卑感。

自卑会扭曲现实，给生活带来无谓的思想负担，使一个人的生活道路越走越窄。

我们每个人都有这样的一种心理，那就是我们中的任何人都希望证明自己是最强的、最棒的人物，或者至少也要证明自己不是孱弱的。

当一个人得到别人的尊重和肯定时，那人就会表现出很安慰、兴奋和快乐的心情。

而当他得不到这种需要，甚至还受到别人的批评、排斥和否定时，就会表现出失落、不安、焦虑以及恐慌压抑的情绪。

#### 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>