

<<决定高中生命运的36种心态>>

图书基本信息

书名：<<决定高中生命运的36种心态>>

13位ISBN编号：9787801404053

10位ISBN编号：780140405X

出版时间：2005-8

出版时间：国家行政学院出版社

作者：林一

页数：216

字数：150000

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>

<<决定高中生命运的36种心态>>

内容概要

一个人所能取得成就的大小，取决于他年轻时的心态。

那些在人生中创造了非凡成就的人，并不比那些平庸之辈聪明多少，他们只是在走入社会前就调整好了自己的心态。

他们与失败者最大的差别是：成功者始终用最积极的思考、最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生；而失败者的人生则是受过去的种种失败与疑虑引导支配。

高中生正处在人生的关键时期，即将开始社会征程，稍有不慎就有可能为自己的整个人生贴上失败者的标签。

好的心态不仅是高考成功的有力保证，更重要的是，心态对于今后的人生历程也起着决定性的作用。

只有良好的心态，才能确保高中生无论面对怎样的人生磨难，都能达到自己的人生顶峰。

所以，对于高中生来说，最重要的就是有一个好心态。

本书针对高中生心理素质薄弱、心态失衡的现实，深入浅出地剖析了高中生广泛存在的心理问题，提出了扭转不利心态的具体方法，帮助高中生从现在开始就有意识地培养自己的抗挫折能力、勇敢的精神以及敢于梦想干预行动的经省，为自己日后的成长和成才奠定坚实的心理基础，是高中生改变自己、塑造精彩人生的必备课程。

<<决定高中生命运的36种心态>>

书籍目录

1.与人交往不多疑，心胸豁达 2.能克制自己冲动，对诱惑说“不” 3.报复是柄双刃剑，伤害的不仅仅是他人 4.能够控制自己，避免过激行为 5.培养健康的性心理，不要任“性”而为 6.懂得适时宣泄自己的不良情绪 7.勇于接受现实，不自我欺骗 8.自尊能提升自我，过度则成为虚荣 9.改变自己,从自我封闭中走出来 10.告别抑郁，学会追求生活中的快乐 11.把嫉妒变成积极向上的动力 12.珍惜自己的所有，不盲目攀比 13.别让悔恨的情绪毁掉自己 14.充满热情，不要让空虚占据自己的心灵 15.走出狭隘心理,不要为小事抓狂 16.不要被高期望压垮 17.好心态是高考成功的一半 18.克服内心恐惧，积极面对与他人的交往 19.亲密有间，懂得与异性交往的分寸 20.悦纳异性，积极与异性交往 21.正确表现自己，不过分显示自己也不刻意取悦别人 22.善于与他人沟通，懂得换位思考 23.学会宽容，不要为了满足自己的需求而苛求别人 24.肯定自我，解除自卑的咒语 25.即使是困难的时候，也能笑面以对 26.善待自己，为自己喝彩 27.没有挫折的人生是不完整的，提高挫折承受力 28.感恩地生活，体验生活的美好 29.不自私，学会在给予中得到快乐 30.克服依赖心理，独立的面对生活 31.相信自己一定能行 32.不要躲藏在过去的阴影里 33.梦想比知识更重要 34.学会倾听和接受他人的意见 35.勇敢面对生活，远离恐惧心理 36.无论在什么时候，都不要以为自己已经知道了一切

<<决定高中生命运的36种心态>>

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>