

# 潇洒人生--发展积极的心理态度



[潇洒人生--发展积极的心理态度\\_下载链接1](#)

著者:李树阴

出版者:知识出版社

出版时间:1992-12

装帧:平装

isbn:9787501508914

作者介绍:

李树荫，长期从事文学创作，著有《志气歌》、《第三者》等作品。他于1991年底，正式创办了中国第一个卡耐基口才与交际艺术学校，其教学内容得到了广泛的好评和赞扬。《潇洒人生》和《无价之宝》两本书，能够启发人们发展积极的心理态度，掌握口才与交际艺术，走上人生的成功之路！

目录: 目录

序 篇 卡耐基课程与人之上升  
一 人为什么会成为万物之灵

- 二 一个普通人开创的伟业
- 三 卡耐基课程使人上升
- 四 卡耐基课程为什么卓有成效
- 五 时代在召唤：以人为中心
- 第一章 潇洒与否，取决于心理素质
- 一 她为什么如此胆怯
- 二 “懒狗”怎么会成为伟人
- 三 心理的力量比技能更强大
- 四 不平衡的心理与人格缺陷
- 五 潇洒的内涵究竟是什么
- 第二章 认识自我，你就是一座金矿
- 一 我们缺乏的不是机遇，而是自信
- 二 学会“整治自己的草地”
- 三 一道至高无上的思考命题
- 四 如果真有上帝，就是你自己
- 五 你可能渺小，也可能伟大
- 第三章 走出误区，征服内在危险
- 一 活得真累的“奴隶和囚犯”
- 二 谁是最高仲裁者
- 三 你有权力独立特行
- 四 打碎“害怕失败”的枷锁
- 五 学会在现时中快乐地生活
- 第四章 事在人为，突破环境与条件的局限
- 一 在框架的限制中寻找自由
- 二 人生的路靠自己走
- 三 应力：现代“灰姑娘”的“水晶鞋”
- 四 胳膊未必扭不过大腿
- 五 只要你自信，你就是漂亮的
- 第五章 更新观念，人生就是选择
- 一 用自己的头脑进行“雅努斯思维”
- 二 真理并不绝对，做人不必完美
- 三 什么是幸福和自由
- 四 选择和你的情感
- 五 选择意味着有得有失
- 第六章 积极暗示，扎实地投入生活
- 一 一个看不见的法宝
- 二 积极的心理暗示主宰你的发展
- 三 摆脱旧的自我，重新自我描述
- 四 实现人生价值，抓住三个环节
- 五 投入生活，实实在在地干点事
- • • • • (收起)

[潇洒人生--发展积极的心理态度\\_下载链接1](#)

标签

自我修养

积极心理学

自我修养,

纯音乐

爵士

民谣

摇滚

心理素质

## 评论

92年的作品，很多观念至今仍有指导意义。积极心理学的牛人前辈。

---

在疫情期间读完这本书，感觉多了许多力量。的确92年出版的书，很多观点现在仍是真知灼见，很多故事现在读来也很有启发。人的自信心是无价的财富，可惜中国教育台喜欢说，你xxx是做不好的，你是不擅长xxx的，负面评价太多，导致中国孩子尽管聪明，表面自信，内里却是相当自卑，不愿自我表达和展示的。（一个高中老师的感慨。。。）

---

记得初中的时候，父亲从学校图书馆借回了这本书，读了以后很受启发。现在还记得“认识自我，你就是一座金矿”这句话，十几年来使我受益匪浅。

---

无意中在学校图书馆看到的旧书。话语很朴实，举例像高中写作文时一样hhh，还蛮亲切。不得不承认，质朴的话语中表述的人生哲理的确十分实用，认识自己、评价自己、相信自己。

---

[潇洒人生--发展积极的心理态度 下载链接1](#)

书评

-----  
[潇洒人生--发展积极的心理态度 下载链接1](#)