

弱点



[弱点_下载链接1](#)

著者:李津

出版者:新世界出版社

出版时间:2012-8

装帧:平装

isbn:9787510430190

《3分钟励志小丛书:弱点》内容简介：成功其实很简单，只需要你不断强化自己的优点；幸福其实很简单，只需要你不断地克服自己的缺点。《3分钟励志小丛书:弱点》总结克服自身弱点的16个办法，战胜弱点，挑战自卑，摆脱内疚与悔恨，清除心中的忧虑，永别愤怒，铲除懒惰、拖延的恶习，使自己的内心强大，事业成功，最终必将会迈向成功之路。

作者介绍:

目录: 1 战胜弱点，开发你的潜能

人人都有弱点 002

你知道自己的弱点吗？ 004

分析自己的弱点 007

把弱点转化成优势 011

克服能力的弱点 014

巧变弱点成优势 017

2 挑战自卑 自卑是心灵的枷锁 022

自卑是成功的绊脚石 024

自我贬低的悲剧 027

战胜自卑并不难 029

消除自卑感的方法 032

用信仰的力量战胜自卑 036

3 摆脱内疚与悔恨

导致内疚与悔恨的根源 040

内疚与悔恨徒劳无益 043

悔恨挽救不了什么 048

不把内疚当做裹足不前的借口 050

消除内疚的方法 053

4 远离嫉妒

嫉人害己 059

嫉妒产生的原因 060

嫉妒是处世的最大障碍 064

克服嫉妒的弱点 069

将嫉妒升华为前进的动力 072

5 清除心中的忧虑

战胜忧虑 075

打开忧虑之锁的“钥匙” 080

不要杞人忧天 084

焦虑是自信的绊脚石 087

扫除忧虑的方法 090

撕开贴在你身上的“抑郁”标签 093

6 永别愤怒之神

怒形于色是你的一个弱点 100

走出愤怒的误区 101

愤恨比疾病更可怕 103

远离愤怒的方法 106

幽默是消除怒气的阳光 109

7 铲除懒惰、拖延的恶习

拖延害人 113

你是一个拖延的人吗？ 117

当断则断 毫不拖延 119

勤奋带来成功 121

找到敢于决断的方法 124

8 化解虚荣

你有爱慕虚荣的弱点吗？ 127

挑战虚荣 130

克服虚荣心理的方法 132

切忌骄傲和抱怨 134

9 控制贪婪 莫让贪婪摧毁你 138

远离贪婪 141
该放就放 145
别让利欲蒙蔽你的双目 148
10 拒绝空想
空想的危害 152
如何克服想入非非的弱点 156
目标的重大意义 158
11 战胜孤独
孤独是可以战胜的 163
孤独者的消极表现 165
战胜孤独的五个步骤 169
12 克服盲目 挑战盲目 173
草率行事是成功的大忌 177
如何克服盲目的弱点 181
树立最终目标 183
完成大目标的捷径 185
13 改变消极的心态
消极的态度赶走财富 189
你自我否定过吗？ 191
自我否定的“积极作用” 193
远离消极心态 194
成功与失败的一念之差 198
清除消极情绪的良策 202
如何培养积极的心态 204
14 直击偏执
怎样认识偏执的缺陷 208
战胜偏执心理缺陷的良策 210
战胜刚愎自用的良策 212
15 治愈社交恐惧症
社交恐惧症的症状 216
沟通是成功的保障 218
克服害羞的方法 221
克服社交中的不良心态 224
16 克服不善言谈的弱点
口才是一个人综合能力的体现 229
轻松化解言语失误的良方 231
用艺术语言破难关 235
克服当众说话的胆怯心理 239
用最佳的方式说话 244
17 不被贫穷左右
贫穷不是失败的理由 251
恐惧贫穷 255
心不贫困 259
工薪阶层的致富圣经 264
• • • • • [\(收起\)](#)

[弱点_下载链接1](#)

标签

鸡汤

评论

不必读。跳读5分钟扫完。客服焦虑一章节中有段话很赞同：詹姆斯说：“一旦达成决定，当天就要付诸行动，同时要完全抛开责任问题，也不必关心结果。”

勉强过得去，可能的话，就别看了

[弱点_下载链接1](#)

书评

[弱点_下载链接1](#)