

<<引导情绪>>

图书基本信息

书名：<<引导情绪>>

13位ISBN编号：9787030133304

10位ISBN编号：7030133307

出版时间：2004-9

出版时间：科学出版社

作者：大和玛雅

页数：148

译者：张翎

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>

## <<引导情绪>>

### 内容概要

“职场实战图解——人际交往系列”主要针对人们的工作和日常交际，以提升个人的魅力和素质指数为出发点，从思维和行为的细节入手，通过轻松的文字和精美的图片，将为人处事的要诀娓娓道来，从而帮助读者具备独到的眼光和犀利的判断力，树立良好的人际形象。

本书是该系列之一。

随着社会的飞速发展，人们的抱怨声也日渐增加，工作和生活似乎变得越来越索然无味。

本书从恋爱的技巧入手，介绍给上班族一种使得工作和生活充满活力的方法。

其中介绍了龙舌兰酒法、10 5的沙漏原理、自我解忧法、人格分屏的最佳方式……诙谐的图画引人入胜，幽默的语言琅琅上口，无形中能够使读者感到工作和生活的魅力与激情。

本书适合上班族，白领阶层，以及心理学、社会学专业的学生阅读。

## <<引导情绪>>

### 作者简介

大和玛雅，精神科医生，作家。

生于日本机警滨。

从桐荫大学毕业后，考入国立大学医学部。

这好广播，对于剑道、柔道、合气道以乐音乐均有涉猎。

以“获取人生更多的快感”为座右铭，在医院工作的同时，还不断完善自己的心理学理论，并编辑成书。

## &lt;&lt;引导情绪&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 联谊高手即商界高手 1 来个愉快的联谊 ——充当临时男招待2? 联谊会切忌期望过高4? 心情切换至关重要4 2 接近异性的最好方法 ——十四天观察6? 最初的接近方法8? 第二阶段——两周后8? 当断则断9 3 自我介绍的秘诀 ——白衣天使11? 护士受人欢迎的理由之一13? 护士受人欢迎的理由之二13? 相亲时打动对方的方法15? 何谓诚心诚意15 4 テキィラ ——TEQUILA龙舌兰酒疗法17? 少年时期业已形成的认知能力19? 细胞每天再生19 一天之计在于晨20? 从龙舌兰酒开始新的一天吧20? 努力的方向21 5 美女、海水浴——避暑胜地22? 潜意识里被拒绝的自律训练法24? 21世纪版“自律训练法”实践要领25? 心灵深处的港湾26

第2章 如何俘获她的心 1 最佳求爱告白法——磁力求爱术28? 敬语背后的反动形成30? 以守为攻, 求爱成功31? 磁力求爱实践法32? 卑怯与谦逊的本质不同32 2 用语言操纵对方的方法 ——语言的绳索34? 操纵对方的语言绳索36 3 隐藏在笑容背后的真实情感 ——Over The Smile37? 情绪判断常失误?

39? 如何区分敷衍的笑39? 共享谈话的快乐40 4 时间分配法——十比五的沙漏42? 时间的10 5分配44 5 把对方的拒绝变为机遇 ——道歉的菖蒲45? 不要扩大理解47? 飞镖效应47? 低头盛开的菖蒲花49 6 让她感到亲切的方法 ——心灵画廊50? 人生需求满足的顺序52? 首先卸下自己的盔甲52? 魔法关键词——“只因你”54? 有时少许的强制也是必要的55? 坦诚相待55 7 征服对方的手段 ——近乎真纯57? 关于谎言的实验59? 名招待决不撒谎59? 100%的真纯60 8 比宝石更有效的言辞 ——钻石的原石61? 好感如同滚雪球63? 你的称赞如同钻石的原石64

第3章 打动客户的心 1 如何推动谈话的进行 ——秒针滴答66? 重复对方动作的镜子效应68? 擅用停顿的红招待68? 拿出勇气、一剑刺出69 2 将愤怒化为喜悦 ——魔鬼变天使71? 男女对距离的表现差异73? 裸照真能扑灭怒火吗?

73? 对付恋人和上司的不同方法74? 一切皆有可能75 3 如何对待负心人 ——年轻妻子的和歌76? 妻子的和歌78? 妻子在化妆?

79? 孙子的教诲79 4 给因人际关系而苦恼的你 ——轻柔的羽衣81? 为交流而生存83? 争取正向认同83? 无条件认同84? 报酬效应与有条件认同的区别84? 让自己的心灵得到正向认同的滋润85 5 自我解忧法 ——万般皆好87? 负面词语的威力89? 最坏的选择89? 万般皆好90 6 用小请求增加好感 ——多一点时间92? 试着去请求94? 关键词——“一点儿”, “小小的”94 7 恋爱中的最佳距离 ——Split Spirit 人格分屏96 爱情的理想距离98? 如何享受每一个瞬间98? 让生命燃烧在每一个瞬间100.....

第4章 最好的心理医生就是你自己后记145译者跋147

## <<引导情绪>>

### 编辑推荐

《引导情绪》编辑推荐：想博得异性的青睐，想鼓励失意的亲友，想积极地推进工作，想顺利地达成协议，想改变自己、重新开始……如果是这样，不妨试试心理医生为你开出的特效良方，学会控制对方的情绪，运筹帷幄，决胜千里。

<<引导情绪>>

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>