

<<今天开始不纠结>>

图书基本信息

书名：<<今天开始不纠结>>

13位ISBN编号：9787111350934

10位ISBN编号：7111350936

出版时间：2011-7

出版时间：机械工业

作者：龙湘涛

页数：132

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>

<<今天开始不纠结>>

前言

如果说，思考是人类智慧的表现，那么纠结，就是思考的副属品——生活何其复杂，人类情感的天空何其浩渺，由思考开始，陷入更深的迷茫，也是一种普遍现象。

于是不知哪位驾驭语言的能工巧匠发明了这样一个词——纠结。

但为什么在人类的语言文字发展的历史中，“纠结”这个词并没有从诞生之日起就“大红大紫”，而是蜷缩在不起眼的角落里，直到近几年才活跃于年轻人的嘴边、指端呢？

其中很重要的一个原因。

是过去受各种条件限制，人们没有那么多选择的机会，自然也就无需纠结。

而在现在这个纷繁芜杂的社会中，人们见得多，想得多，可以选择的机会也很多，便开始眼花缭乱。

同时，人们的欲望也在不停地膨胀。

我们可以选择，但我们不想选择，因为选择就意味着一定有舍弃，我们不愿舍弃。

于是，纠结如约而至。

“纠结”一词，在白领中尤其流行。

一些白领，在无法忍受当前的境况时，便会逢人就说自己目前很“纠结”；在无法形容及排遣内心的复杂情绪时，也恶狠狠地吐出两个字：“纠结！”

生活中遭遇了困境，面临着选择的时候，恐怕也只有“纠结”一词能够言有尽而意无穷地表达白领们的情绪状态。

为什么白领们尤其纠结？

因为他们面对着太多的两难：理性与感性的较量，得到与失去的衡量，欲望与克制的斗争，梦想与现实的冲突，等等，这些都是挣扎和困惑的源头。

又因为受教育程度和奋斗经历的关系，他们比其他很多群体都更习惯于思考。

于是事情回到了原点：思考多了，难免衍生出纠结。

当个体因为纠结而产生了疼痛感，当纠结壮大成为浩浩荡荡的社会心理标签时，它已经不仅仅是简单的个人情绪、心理现象，而是变成了一种社会之痛！

我们还能视而不见吗？

救救白领，正视纠结！

本书涉足白领的生活、工作、情感等各个领域去观i贝0白领的人生状态，寻找容易“纠”的问题，提炼出那些让人们疼痛的“结”，再从心理与现实的角度细细地剖析，耐心地梳理，帮助白领们了解纠结，正视纠结，最后敢于行动，亲手解开人生中的各个“结”。

在这个过程中，我们要始终抓住一个关键点：“纠”，并不是为了“结”，而是为了“解”。

人生没有解不开的“结”，只有不敢面对“结”的逃避者。

如果你还在纠结，还有很多纠结，那么，就耐心地读读这本书吧！

我真诚地期望，本书能给白领们提供一些价值性与实用性兼具的建议和方法，帮助白领们增加智慧和理性，提升自尊和自信，以便更好地理解 and 适应人生中的各个阶段、各种变化，赢得独特的人生。

走出迷茫，穿越魔境，白领，你出发了吗？

<<今天开始不纠结>>

内容概要

《今天开始不纠结》结合白领人生中的现实问题，导入优秀影视、文学作品的经典形象进行案例重现，细致剖析，专业分析，将白领内心的纠结展现得淋漓尽致，无可遁形。

再通过分析、探讨、总结等方式，为解决问题提供可行性方案。

一个简单的道理，一个常见的招数，甚至一句淡淡的安慰，却能够帮助你开启理性和智慧的大门，带自己走出内心的迷茫。

白领，你还在纠结吗？

如果你早一点看到《今天开始不纠结》，或许能够少一秒纠结，多一分果断；少一些错误，多几许理智；避免许多遗憾，收获丰盛人生。

不要小看了你自己来自内心的力量。

<<今天开始不纠结>>

作者简介

龙湘涛，80后，典型宅女，非典型水瓶女。
比水母复杂，比猩猩简单。
酷爱古典文学，曾疯狂迷恋词中二李，于是十八岁那年一头撞进中文系，并发誓“生是中文系的人，死是中文系的鬼”。
平生最大的愿望是用文字工作、娱乐、生活，以及做能做的一切。
现为广告策划人，自由撰稿人，文字中人。
码的字比说话多，对着电脑得时候比对着人得时候多，发呆比思考多。
从某年开始对玛雅预言深信不疑，相信世界末日之说，但没钱买船票，所以决定珍惜时光，好好码字，快乐生活。

<<今天开始不纠结>>

书籍目录

前言

第一章 职场纠结心理大揭秘

办公室恋情该不该

职场人际：无话不谈的朋友，还是熟悉的陌生人

猎头挖我该不该走

要前途还是要“钱途”

现代女性，要家庭还是要事业

坚持理想，还是随波逐流

亲情纠结心理大探索

第二章 亲情纠结心理大探索

接受父母的安排，还是坚持自己的理想

做放飞的风筝，还是归巢的小鸟

当亲情遭遇爱情

兄弟姐妹之间的“账”该如何算

该不该把婆婆当亲妈

培养神童还是顺应天性

给孩子西式教育还是中式教育

第三章 友情纠结心理大曝光

左手友情，右手爱情

异性朋友，是否该保持距离

友情第三者

朋友的秘密，听还是不听

友情和金钱的尴尬战争

当友情遭遇时空的变化

不够正直的朋友，继续交往还是疏离

爱情纠结心理大挑战

第四章 爱情纠结心理大挑战

要金钱还是要爱情

坚持原则还是继续容忍

坚持被“剩”还是将就结婚

恋人的过去，该不该过问

娶红玫瑰还是白玫瑰

嫁不嫁凤凰男

出轨老公回头，该不该原谅

我纠结的人生

第五章 我纠结的人生

鱼和熊掌的千年困惑

选择恐惧症

纠结给我们带来的困扰

面对选择我该怎么办

让焦虑远离自己

别让铜板丢掉你的人生

不为过去的选择后悔

<<今天开始不纠结>>

章节摘录

版权页：插图：异性之间，其实是存在纯洁而真诚的友情的。

但是，正像任何真理前进一步就会变成谬误一样，一份美好的异性友情需要有适合它生存的空间和距离。

如果受到善待，它会给我们带来美好的体会和回忆；如果怠慢它，它会让我们失去一位真诚的友人；如果不顾自己所处的位置和当前的条件而执意迈出友情的界限，它会因受到亵渎而失去那份纯洁美好。

因此，从情感方面来说，异性朋友应该保持一定的距离。

那么，多大的距离才是合适的距离呢？

通常情况下，我们可以从以下几个方面来检测异性友情是否纯正：1.有高雅的同志趣异性友人之间，大多有共同的志趣，并且，这种志趣是精神的，高雅的，有品位的，它可以是理想追求、思想观念、兴趣爱好，或者放眼于生活及世界的感受和看法等，而不是拘泥于狭小的情感空间。

2.与男女之间的“性”无关异性友情区别于爱情的地方，就在于它对“性”的远离。

它往往是建立在精神层面的相交，源于共同的事业与职业、共同的志向与兴趣、共同的见解与理解、共同思想和观念，与爱情和“性”无关。

3.忠诚于自己的恋人或伴侣异性朋友的交往是否过界，可以通过自己与恋人或伴侣的关系来判断，即

你与异性友人交往的时候，是否仍然忠诚于自己的恋人或伴侣，是否坦荡真诚、问心无愧。

但是，事物总是处在不断变化发展的状态，我们的情感世界也是如此。

今天是纯洁的友情，不代表以后不会发生变化，甚至是变质。

因此，想要维持异性友情的纯洁于长久，我们还是需要花一些心思，用心维护。

<<今天开始不纠结>>

编辑推荐

《今天开始不纠结》纠结了，怎么办？

做深呼吸？

显然不够！

看心理医生？

太夸张了吧！

现在已经是DIY时代了，跟我们学习如何与纠结作战吧！

《今天开始不纠结》不但向你展示丰富的典型性案例，专业的心理分析，对味的实战手段，还能助走出思维的泥塘，启迪生活智慧、提升幸福指数！

猎头们递过来的并非都是橄榄枝，有的也许是荆棘。

既然是“跳槽”，就有“失足”的风险。

对于猎头们口中的“肥肉”，要理性地加以分辨，小心一着不慎，走入的不是平坦大道，而是沼泽或死胡同。

假如说事业重要，可是无数女人在攀登事业高峰的道路上前赴后继，到最后只挣得半篓零星的麦穗，甚至颗粒无收，她们会后悔，觉得当初不如嫁人、生子，全心全意投身家庭。

假如说家庭重要，那么危险系数似乎更高。

因为男人并不会因自己的妻子是个贤妻良母、为家庭付出了大好青春和全部精力，就一定忠诚相待、不厌不弃。

你脸上仍然洋溢着因相聚而散发的笑意，但你心里开始尴尬，开始惆怅，开始遗憾，开始悄悄感叹时空的魔力，居然能够不动声色地在这么好的朋友之间划上一条令人却步的鸿沟。

生活是流动的，感情也是，时间会带走过去，空间会分开彼此。

在琐碎平凡的世俗生活中，你一边认真地盘算着今天买菜省了多少钱，明天是吃辣椒炒肉还是酸辣鸡杂的时候，突然发现老公捧着一把娇艳的玫瑰送给另一个女人，他的脸上还堆着你曾经熟悉却许久不见的柔情……

<<今天开始不纠结>>

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>