

<<天天都要好心情>>

图书基本信息

书名：<<天天都要好心情>>

13位ISBN编号：9787504363466

10位ISBN编号：7504363464

出版时间：2011-1

出版时间：中国广播电视出版社

作者：池晓宏

页数：194

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>

## <<天天都要好心情>>

### 内容概要

本书轻松幽默，作者从专业背景出发，以普通人最关心、最常见的话题为主要线索，结合自己的专业经验，将最新的幸福心理学知识用于日常生活，帮人们分析烦恼，排解焦虑，从而提高心理素质，建立良好心态，感受幸福生活。

<<天天都要好心情>>

作者简介

池晓宏，67年生，福建省首批国家注册心理咨询师。  
现为省一级高中专职心理健康教师、国家“十一五”重点课题《中国学校心理健康教育行动研究》子课题实验指导组负责人。  
著有《家家都有好孩子》、《人人都是好父母》。

## <<天天都要好心情>>

### 书籍目录

一、有些事情，要多做 信不信由己 拍拍自己的马屁 活到老。

“玩”到老 做自己的伯乐 给家增添色香味 分期享受你的快乐 养成快乐的好习惯 利用自己现有的习惯二、有些事情，最好别做 算命 死要面子 跟自己过不去 吃力不讨好 左顾右盼 看透社会 杞人忧天 三天打鱼，两天晒网三、有些问题，最好不必太明白 何必再活五百年？吃了亏，怎么办？ $1+1=?$ 新解 爱有多深？嫁得好与干得好 偶像的细节 谁对？谁错？你的？我的！四、有些问题，最好多想明白 我能干什么？另一半 我算老几？你拥有什么？神仙的日子 成功的理由 缘分如何不错过？五、有些本领，最好要学会六、有些东西，可要可不要

<<天天都要好心情>>

章节摘录

版权页：一、有些事情，要多做信不信由己有一个笑话，说有户人家花了大钱安装了高级防盗门，其对门的那户人家却只是普通的木门。

不久，有防盗门的那户人家被撬被盗了，而对面那户人家却安然无恙。

只见木门上别了一张纸条，一看就是小偷写的——“你信任我，我也信任你。”

对外，信是信任和诚信。

人与人之间非常需要互相信任，彼此诚信，这样大家才能活得轻松、愉快。

可是如今城市里家家几乎都有防盗门、防盗栏。

因为社会上，被忽悠、被拐卖，甚至被暗害的事例多了，搞得人心惶惶。

连研究生都被拐卖，以至于孩子们从小就受到谆谆教诲——“不要和陌生人说话”。

上海有个调查发现，上海居民只有不到2%的受访者表示会让陌生人进家门。

从小，孩子们被告诫陌生人是“大灰狼”。

女儿曾经向我传达过她的同学们的忠告，叫我出差开会一定要小心，比如不要在火车站附近上厕所。

说“如果有个女人推着小车进了卫生间，别以为她是清洁工，小心她把你敲晕了，然后放在车底下运出去，再找个隐蔽处把你的肾啊、心脏啊什么的取走！”说得我当时浑身起鸡皮疙瘩。

连十几岁的孩子都把社会想得这么复杂、这么可怕，可见互不信任，互相提防的风气正在日渐蔓延。

如今甚至连夫妻之间、亲子之间都流行签约，宁可相信一张纸，也不敢相信最亲的人。

<<天天都要好心情>>

媒体关注与评论

如果你简单，这个世界就对你简单。  
——易中天世界上的大事都是急事慢做的。  
——俞敏洪

<<天天都要好心情>>

编辑推荐

《天天都要好心情:大众心灵健美操》：点亮智慧人生 开启幸福生活听心理教师讲故事，享受快乐好心情。

<<天天都要好心情>>

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>