

<<男性心理健康书>>

图书基本信息

书名：<<男性心理健康书>>

13位ISBN编号：9787505951457

10位ISBN编号：7505951459

出版时间：2006-1

出版时间：中国文联出版社

作者：郑宝俊

页数：246

字数：206000

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>

## <<男性心理健康书>>

### 内容概要

心灵的园地长出杂草是很正常的，因为每个人都有可能受到外界负面的影响，同时每个人的心理知识与个人素质水平的不同也是重要的原因。

只要我们辛勤地耕耘和养护，不断地除去破坏心灵健康的荆棘和迷雾，就能让心灵的花园阳光常驻、清泉流淌、鲜花盛开。

有人说一本好的心理书可以救助并成就一个人的一生，这话听起来有点不现实，毕竟，人是万物之长，人心的奥妙和神秘决非区区万言就可以说得清楚透彻，如果把人的心理比作是一座冰山，那么它反映在外部的只是冰山浮出水面的一小部分，更大的部分还潜藏在水底，它的纷繁复杂和神秘玄妙，就连当事人自己可能都说不清楚。

但我们说，只要一个人敢于、勇于剖析自己，借鉴别人，主动寻找办法解决，以别人为镜，那么就可以更好地维护自己的心灵。

此书就是以这一目的来提出一些有针对性的问题，并尽可能全面地从心理的角度为您提供一个解决的办法，释放您的压力。

同时还为您提供形形色色的别人的例子，以其为“镜”，通过这些“镜子”所映照出的影像，让您从中得到一些启迪和收获，让心路变得顺畅，让心灵沐浴芬芳。

## &lt;&lt;男性心理健康书&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 事业心理——永无止境的追逐 主动“充电” 被裁员以后 梅花香自苦寒来 跳槽小心崴了脚 不想工作就翘班 做一颗闪光的钻石 成功男人，踢开心累 事业家庭，缺一不可 不要做事业的机器 第二章 逆境心理——战胜自己，就会胜利 沙丁鱼的启示 向病痛宣战 学会向困难幽默 求人不同于掉价 别把贫穷当借口 上帝咬过的苹果 不要做“抑郁王子” 失败是成功之母 别让你的性格太理想 第三章 自我心理——不要说我不如他 吹牛不上税 男人也虚荣 敞开你的心 放下你的拳头 面子的去留问题 拥有天使的翅膀 认错的男人更可爱 谁偷走了你的快乐 “争夺”还是“合作” 给脆弱的心灵披上铠甲 第四章 责任心理——所有问题都自己扛 过河的卒子 不要做逃兵 男人VS难人 卸下你的面具 责任大于爱情 男人哭吧不是罪 不要让肩膀超负荷 活出有滋有味的人生 你是幸福的，我是快乐的 第五章 金钱心理——让我欢喜让我忧 我穷我逍遥 男人都爱财 男人的私房钱 有钱VS变坏 不要“财迷心窍” 千金散尽还复来 男人的消费心理 金钱风格泄露你的心 赚钱少也做“大男人” 看看你对女人的金钱观 第六章 爱情心理——谁说我不在乎 忘不了的初恋 谈一场精神恋爱 “好色”，你会吗 失恋了，不要悲伤 这个男人有点“酸” 九种心理增添你的魅力 你交女友的动机正常吗 “同志”的心理不再灰暗 第七章 婚姻心理——围城冷暖我自知 你是单身一族吗 试婚不是挡箭牌 进入围城的心理准备 教你如何怕老婆 一枝红杏出墙来 男人永远长不大 婚姻也需要保养 诱人美丽的毒苹果 二次婚姻摒弃不良心理 第八章 家庭心理——与其斗争，不如躲避 丁克家庭 沙发动物 升级做爸爸 “艺术”的吵架 家庭中的AA制 现代男人经典版 老婆总是别人的好 我家的男人娇滴滴 男人，你为何不回家 告别“夹心”饼干心理 第九章 性爱心理——自信与自卑相伴而生 你为什么偷情 自慰是正常的 揭开早泄的面纱 克服你的性恐惧 小心“黑色激情” 独特的男人性心理 你的处女情结有多深 做一次无目的的“旅游” 从他喜欢的身体部位看他 第十章 男性心理小测试 成功心理测试 性格与压力测试 你的心理健康吗 你的工作情商如何 你的人际交往能力如何 由接吻方式透视你的个性 你的性心理成熟吗 你是一个好丈夫吗 你患有Baby恐惧症吗

## &lt;&lt;男性心理健康书&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘男人的事业心强烈而远大。

男人对于事业的追求，就像女人对于美貌的追求一样，从未满足过。

一个阶段事业的成功，对男人来说只意味着下一个目标的开始，男人一生都为事业所累，但事业也使男人变得无比坚强。

主动“充电” 当今是一个知识大爆炸的时代，知识革命、知识经济、知识社会……各种提法林林总总，知识的权重越来越大。

进入21世纪，知识甚至已代替权力资本，成为社会构架的核心因素，成为决定社会分配的主要依据之一，知识以这种无形却又无处不在的影响，使人类对其占有并创新的认知也愈加明确，把握知识的脚步等同掌握世界的脉搏，于是知识成为个人、企业乃至国家提高其竞争实力的根本。

革命导师列宁说过，学习，学习，再学习。

现如今这句话已经成为现实社会中每一个不希望被激烈的竞争淘汰的人所参与的社会活动的总体概括。

30岁的职业经理人林先生说，如今社会的知识更新速度太快了，在学校里学到的知识，经过几年，差不多都要被淘汰掉了。

现在连我们这些当年是高学历的人也不得不再次充电，无论多忙，也要去上一些培训班，原因很简单，如果你不深造、不积累、不接受新事物，不用最新的知识、技术武装自己，那么，对于处在同一位置的人来说，最先被淘汰掉的人就是你。

事实就是这样，不论男人有多累，有多么的不情愿，有多大的压力，可还是一边抱怨着，一边又不得不强迫自己努力学习。

他们大脑里的那一根弦始终绷得很紧，因为有一个声音在提醒着他，要想在日新月异的行业中求得发展，求得生存，就必须主动更新自己的知识结构，掌握最新的技能、技术，给自己职业的发展补充新鲜血液。

就职于某广告公司的李新谈到自己的再充电时这样说，在这家公司工作将近10年了，忽然有一天发现自己部门里的其他几个小伙子清一色的毕业于名牌大学，不仅学位比自己高，而且个个才思敏捷。自己通过10年学会的一些经验，在那些刚刚毕业的小伙子眼里根本不值一提，所以不得不充电，也许是因为年龄大了，需要操心的事情总是很多，工作、家庭、夫妻双方的父母、朋友，这些事情占据了自己的绝大部分精力，想要学习总是静不下心来，有时干脆想，算了吧，可是眼看着自己要在公司里失去位置，又怎么能不着急呢，于是焦灼、厌倦，这些情绪轮番上阵，觉得自己都快要被折磨得崩溃了。

P1-2

<<男性心理健康书>>

媒体关注与评论

书评心灵纯洁的人，生活充满甜蜜和喜悦。

——列夫·托尔斯泰 每个人都知道，把语言化为行动，比把行动化为语言困难得多。

——高尔基 理想的人不仅要在物质上得到满足，同时还要在精神乐趣上得到满足 ——黑格尔 谁若游戏人生，他就一事无成；谁不主宰自己，永远是一个奴隶。

——歌德

<<男性心理健康书>>

编辑推荐

一把开启男人的心灵钥匙，一本让男人快乐——让女人幸福的书。

男人啊!别人说他是巍峨的高山、是不倒的长城。  
可又有谁知道，人世间那每一次沧桑的变故，又会给男人的心里留下怎样的划痕呀!男人，要善待自己

。

<<男性心理健康书>>

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>