

<<心理学常识速查速用大全集>>

图书基本信息

书名：<<心理学常识速查速用大全集>>

13位ISBN编号：9787509330043

10位ISBN编号：7509330041

出版时间：2011-9

出版时间：中国法制

作者：京师心智

页数：337

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>

<<心理学常识速查速用大全集>>

前言

为什么中国人挤破头也要住大房子？

为什么说谈恋爱就像买股票？

为什么小沈阳能一夜走红？

为什么非主流的韩寒和丁俊晖能受万千青少年顶礼膜拜？

……也许您觉得我们罗列的这些不过是一些无序的热点话题，纵是您绞尽脑汁，也无法找出它们之间的共性。

然而，这些事件真是毫无规律可循吗？

答案是否定的，将它们联系在一起，就是本书重点讲解的心理学常识。

前些年的时候，心理学似乎是离大众较为偏远的一门学科。

在书店的心理学专架上罗列的，也都是些专门为心理学专业学生提供的晦涩教材。

但是近些年来，这种情况却发生了翻天覆地的变化，一大批以普通人为读者对象的心理学书籍如雨后春笋般涌现出来。

究其原因，是因为随着人们生活方式和生存环境的变化，其心理也越来越复杂化了。

面对日益膨胀的社会压力、面对生存竞争的日益激烈，城市里的不快乐渐渐成为了普遍状态，我们都开始苦苦思索：如何回到那个恬静的自己，如何给自己和家人一个交代，如何平衡欲望与悲悯的冲突……为了更好地解决这些人际交往中所遇到的问题，大家都应该了解一些心理学知识。

为此，我们编写了这本《心理学常识速查速用大全集》，本书的主要特色如下：一、百科全书式的全面覆盖人之所以区别于动物，就在于人类具有丰富的情感、细腻的心理活动。

我们尽己所能，从不同的维度解读特定场景、特定时点、特定人物下的各种不同心理状态。

在本书中，有从生活场景角度分类的家庭心理学、职场心理学，告诉您生活和工作中那些神奇的心理现象和心理反应；有从人生发展阶段角度分类的成功心理学和人生阶段心理学，帮助您在人生不同时期都能洞察七情六欲；还有从社会群体角度分类的大众心理学以及灾难心理学、犯罪心理学，让您对于社会事件发生的心理机制了如指掌。

二、深入浅出的解析与精彩案例本书不仅囊括了您能够想象得到的所有心理反应发生情景，更是以第一章性格心理学来提纲挈领，首先告诉您如何分析基本的人类心理状态，然后从第二章开始步步深入，将基本的人类心理分析手法运用到丰富多彩的生活实践中去。

本书不但从宏观的篇章结构上具有方法论指导实践的逻辑顺序，在微观的内容处理上同样采取了“词条解析+经典案例”的形式，案例的场景还原效应也会有助于您更好地理解和掌握。

三、互动性、趣味感十足与一般心理学读物教条式的枯燥解说不同，本书在解释词条含义的同时，还会讲解本词条的应用之道。

在挑选词条的时候，我们还将一些富有互动性和启发性的心理学小测试、小量表穿插其中，您甚至可以现学现用，在亲友同事面前小露一手。

在本书的最后，还有一个以一周七天为单位的心理学日历，每天结束时您都可以提前知晓下一天的心理学秘密，未雨绸缪，做一个心理调节达人。

四、强大的实用性本书从挑选词条到最后编辑词条，始终强调实用性，不但有家庭、职场、流行时尚这几大现今社会必不可少的心理学现象篇目，还有性格心理学、人生阶段心理学以及成功心理学和灾难心理学、犯罪心理学等人生所有必经阶段的心理学篇目，帮助您不仅在平常状态下能够拥有一份好的心态，遇到非常环境和状况时依然能够镇定自若。

心理学的世界浩瀚无垠，了解它，您就可以洞察一个人的内心世界；掌握它，您就可以引领一群人的追求；运用它，您就可以改变更多您想改变的。

我们衷心地期盼，您能每天拿出几分钟时间，读一下这本书，学习一下心理学常识；我们也衷心地祝愿，您能早懂心理学早过好日子！

<<心理学常识速查速用大全集>>

内容概要

当今的时代，都市寄居者梭在地下蛇形的铁轨、纠缠在糟糕的人际关系之中、岁月也在催促着人们老去……面对日益膨胀的社会压力、面对日益融烈的生存竞争，不快乐渐渐成为了普遍状态，我们都开始寻找：如何找回那个恬静的自己，如何平衡欲望与悲悯的冲突……

如果有一个开阔的心境作为出口，如果能够破除自己的心魔，那么很多事情就会迎刃而解。为此，京师心智等编写了这本《心理学常识速查速用大全集》，献给广大读者朋友。

我们相信，《心理学常识速查速用大全集》能让您在心理学的殿堂中流连忘返，帮助您快速、轻松地掌握心理学基础知识，抓住看透人心的要诀，准确把握自我性格，缓解心理压力，妥善处理人际关系，有效提高生活品质。

<<心理学常识速查速用大全集>>

作者简介

京师心智

国内知名的心理健康教育专业机构。

京师心智依托中国心理学会、北京师范大学等权威机构的资源优势，上百位心理学专家组成的技术团队，致力于将心理学研究成果应用于实践，服务大众。

凭借自身优势和丰富的经验，被中国心理学会测量专业委员会认定为“正版量表进学校工程”的全国唯一推广单位。

书籍目录

第一章 性格心理学：从一沙到一世界

一、情感及性格心理学

- 布朗定律：让戴安娜羞愧的修女
- 代表性直觉：丰田广告一石激起千层浪
- 易得性直觉：小寒的工作锦囊
- 自我实现预言：被恐惧杀死的不流血犯人
- 酝酿效应：让阿基米德裸奔的发现
- 自我选择效应：求官者求官一生未中
- 厌恶心理定律：史上最勇敢的蠢货
- 无批判接受顺言：星座预言的心理学诡计
- 补偿作用：一招鲜吃遍天
- 攀比效应：攀登财富小道，坠崖者十之有八
- 体育健全性格：为何运动员总是“大心脏”
- 接种效应：大文豪的小人生
- 镜中我理论：历史之镜照得月明渠水开
- Q的秘密：勇敢揭露生活中的说谎者
- A型性格：候诊室里地面与心理的双重凹陷
- B型性格：唱白脸的贾母与人瑞的人生哲学
- C型性格：软迎春一载赴黄梁
- D型性格：一个人的A君，无限量的孤独
- E型性格：过分追求完美，容易毁掉一生
- 人来疯反应：从将军到阿Q的通行爱好

二、认知及感官心理学

- 延迟满足：不吃糖的孩子最成功
- 晕轮效应：普希金的败家老婆
- 认知失调：20美元即可购买一个人的主见
- 刻板印象：墨西哥人的广告宣传
- 选择性知觉：你爱上了《红楼梦》的什么？

- 投射：个人感觉过于良好的职业病
- 顺序效应：说你行你就行，不行也行
- 信念固着：股市一年四季都是节庆行情
- 错觉思维：彩票技术流的滑稽
- 自我知觉理论：美国推销员的大锅饭心态
- 视网膜效应：满城便是墨绿车
- 颜色定律：黑桥涂蓝救命无数
- 时间错觉定律：宛若1500万年的恐怖15小时
- 苏东坡效应：丈二的解差摸不着头脑
- 记忆偏差原理：不靠谱的记忆，离谱的司法
- 陌生时长定律：活了135岁的爱迪生
- 蔡戈尼效应：让一个作曲家起床的最佳锦囊
- 认知地图效应：管仲的老马GPS导航系统
- 群伙效应：70后、80后、90后，还有多少标签可以贴
- 右脑幸福定律：爱因斯坦的小提琴为谁而奏
- 史华兹论断：约翰逊药品公司指鹿为马

<<心理学常识速查速用大全集>>

自适应效应：你永远不知道一个婴儿有多强

催眠效应：中国特色的填鸭式教育

心灵感应：最细微处的心理神话加工器

三、身体及环境心理学

囚徒困境：为何倒霉的总是出头的自行车选手

验证性偏见：贝利的乌鸦嘴全球共同制造

霍布森选择效应：卖马的聪明反被聪明误

疼痛麻木定律：关公的割骨故事

心理摆效应：失去平衡的冠军之心

神奇三小时效应：5点到8点的工作或许没有那么可怕

潜能最佳状态：游泳健将其实全都是船长

成瘾心理：魏晋南北朝的最牛酒鬼

感觉剥夺定律：对于都市人最狠的惩罚

噪音定律：割草机噪音cD光碟，彪悍的新西兰式报复

拥挤定律：拥挤的时刻请加倍小心

感觉适应定律：厨师做菜越做越咸的秘密

身体语言效应：面试官的动作比言语更加有意义

月曜效应：周一的办公室为何哈欠连天

天气定律：孟德斯鸠的天气决定论

天花板效应：中国人挤破头也要住大房子的理由

心理疲劳定律：高中的课程与大学课程的对比

大脑需要空间：切莫陷入备考酒店房间的误区

身勤脑快定律：正确坐姿面面观

压力影响记忆：春晚大腕的低级错误接力

和大脑说话：李乔治的健康型自言自语

情绪过敏：一夜白头不是神迹也非正常

身心兼治：我们的目标——在考试时没有蛀牙

脚部动作解密：女孩的心思，脚部动作可管中窥豹

四、行为分析心理学

安慰剂效应：XX山泉真的甜吗

角色扮演：每个人的内心都有杀虐的魔鬼

过度合理化：当小孩的兴趣被换成赤裸裸的金钱

理由不足：曹操对关羽的反向刺激

安全需要效应：开发商绑架了中国人的安全感之后

逆向思维：高僧的生意经组合

两头快中间慢定律：聪明老板的工作安排

迁徙效应：举一反三进入新境界

平衡理论：当女友接受自己去当清洁工时的完美平衡

社会促进和促退定律：司马迁与李煜的最高境界

反馈效应：经营之神的圆滑处世之道

反直觉定律：沃尔顿夫人乔装打扮考验应聘者

急中生智定律：拿破仑式举枪特训游泳法

竞争优势效应：假如上帝给你三个愿望

角色深化定律：为了反对而反对是人之常情

虚假一致偏差：没见过猪跑的唐朝皇族

PAC理论：浙商成功典范

定势理论：农民贷款难

<<心理学常识速查速用大全集>>

米格—25效应：苏联飞机步步落后却整体领先

卡壳效应：考试卡壳功力锐减七成

韦德现象：扯淡的童年热气球经历

信手涂鸦现象：史上最牛特工

笔迹性格关联论：人如其字确有其事

第二章 家庭心理学：微妙的平衡

一、婆媳相处心理学

瀑布心理效应：小妾讥癩儿竟引杀身之祸

移情效应：武则天爱屋及乌乱点鸳鸯谱

附录 一周心理学日历

互悦机制：简单一句话愉悦大家庭

迂回法则：肖邦与李斯特的绝世音乐双簧

等视法则：辜负慧忠国师的愚钝侍者

贮蓄指导原则：婆媳和睦的世界级奇迹

对比效应：为啥老师发飙时效果如此震撼

眼不见为净定律：儿女争宠，山文方左右为难

妒忌的周期：女人的醋坛子恒定法则

超级目标：儿子带来的家庭地位

分离焦虑：当婆婆对儿子的依赖

遇到儿子结婚后的“离开”

异己者漠视：最顽固的人类厌烦路径情感

小烦恼循环促健康：迪纳博士力挺小烦恼

癯病：驱除臆想出来的病魔

永远不会寄出去的信：茱迪恩用写作对抗癌症病魔

性节律：婆婆的不解风情与新婚的干柴烈火

二、尊幼相处心理学

巴纳姆效应：算命先生比你父亲还了解你的秘诀

海格力斯效应：古希腊大力士的一根筋脑子

有限尊严原理：菱角并非长于山前山后

换位思考定律：说服长者要用长者的话语系统

白德巴定理：狐狸不怕树，野猫傲独孤

家庭关系第一定律：嫁给阿冲等于嫁给阿冲全家

情感征服定律：丘吉尔将美国排进己方阵营

不对称定律：韩寒、丁俊晖在非主流中显风流

连带效应：80后撕掉标签，90后标签接力

涌动体验：不太需要爱情的金融成功人士

感恩拜访：轻松化解隔代教育良方

性教育纠错：人之初、性开颜，不知性、何知礼

退休失衡综合焦虑：退休的破坏力不亚于59岁效应

印象操纵：西方男人并不是只知道花天酒地

心理“黑子”：怒其不争?凡事必争才是大坏事

金凤凰和土山鸡：球星的兄弟苦情戏

情绪觉悟力：恶梦从起床开始影响一整天的心情

情绪反刍：哲学诗人尼采的反刍习惯

三、夫妻相处心理学

麦穗原理：柏拉图、苏格拉底爱情问答题

多看效应：夫妻相就是看到顺眼为止的结果

<<心理学常识速查速用大全集>>

幸福公式：每个人都能创造数学公式
 马赫带现象：谈恋爱与买彩票不过一臂之隔
 鸡尾酒会效应：看一个电话如何毁掉一对恩爱夫妻
 梭哈效应：每个虎威男人背后都有一位虎嫂
 空白定律：完全的占有等于完全的毁灭
 围城效应：婚姻的历史性循环不容打破
 鸡同鸭讲定律：女孩的心思，男孩你猜也猜不透
 女性动作解读优势：粗枝大叶的男人与心思缜密的女人
 爱情科学观：科学能够盘算的只是爱情的开始
 好感原理：拍马屁能打动所有矜持的女人
 勇敢女人现象：杜十娘与男人的懦弱
 选择爱侣的经济模式：陈小姐的爱情打分表
 科学调情法：泡妞绝学的理论总结
 完整之我：男生女生黑白配的漫漫长跑
 闻味寻爱情：咱爷们也可以“闻香识女人”
 恐惧心理与爱情：美女是否让你感到地动山摇
 匹配定律：邓文迪与默多克，天造地设的一对
 过分概括化：中学教师的爱情赌注输给了一条短信
 绝对化要求：与前女友保持联系的男人似乎永远不值得宽恕
 奖赏回路：爱情的悲剧解释

四、子女教育心理学

自我参照效应：安德鲁·杰克逊的自我怀疑
 习得性无助：百米飞人也有软弱无助的时刻
 自我妨碍：逃避的最佳借口
 猩猩实验：猩猩尚且知道趋炎附势，何况人乎
 瓦拉赫效应：天生一材必有可用之处
 手表定律：猴子伯克大起大落的族群生活
 超限效应：有求于人最好点到为止
 南风效应：GE的高超技巧足以温柔的杀死你
 低声效应：吃软不吃硬，便给足软糖腻到其服软
 椰壳效应：陶行知三糖出击，收服顽劣少年
 家庭氛围效应：德国人的严格从家中做起
 罗森塔尔效应：说你行你就行，于是最后就真行
 遗忘曲线：记忆是奇妙的数学概念
 感官协同效应：熟习朱熹三到，成功不怕不到
 成就动机：从零开始的艰难与困苦
 兴趣心理：盖茨的办公桌抽屉
 激将法：刘国梁发现原来男人也在意体重
 保龄球效应：卡耐基手下的神奇驭人之道
 莫扎特效应：音乐并不是富人与贵族的专利
 情绪ABC理论：老渔民的生活智慧
 优势效应：鹬蚌相争渔翁得利，亘古不变
 第十名现象：或许你家孩子就是下一个丁磊
 模仿效应：接近少年变年轻
 当头棒喝定律：一喝惊醒恍惚梦
 过度学习理论：卖油翁油瓶中有大智慧

第三章 职场心理学：不战而屈人之兵

<<心理学常识速查速用大全集>>

一、领导心理学

自己人效应：冯玉祥的治军之道
 布利丹效应：荒诞的硬币决策机
 波特定律：为人们的心灵系紧每一根鞋带的表演大师
 布利斯原则：中国企业的弱管理困局
 拜伦法则：希尔顿长盛不衰的秘密
 磁力法则：玫琳凯的心情化妆术
 杰奎斯法则：纠结之时另辟蹊径
 帕金森定律：贫困县里飞出凤凰干部窝
 改宗效应：所有人的赞美敌不过反对者的一个微笑
 拱道效应：名校光环照耀，自信便成活水之源
 篮球架效应：跳一跳，才能够得着
 特里法则：坚持者总能得胜
 三明治效应：高中政治老师标本兼治迷途班长
 奥格尔维法则：从林肯眼里看到的永远是人类美好的价值
 自圆心理：陆游的积极理想与领导的过度膨胀
 热爱和振奋的情感+政客：政治心理学
 社会时差感：拥挤城市的上班跋涉透支职场锐气
 金鱼缸法则：水至清则无鱼但起码有人
 独家激励法则：重要的不是红烧肉而是独家红烧肉

二、管理心理学

霍桑效应：阴差阳错，劣等生群体的结实反击
 德西效应：IBM奖励制度撩动员工原初动力
 阿伦森效应：一块五毛钱智退愣头青
 热炉法则：诸葛亮斩马谡背后的心路历程
 软化效应：专制的学校引反感
 阿尔布莱特法则：一群聪明人的叠加也有可能导致巨大的愚蠢
 艾德华定理：双头鸟自相残杀害人之余终害己
 安泰效应：如何对付外强中干的大力神——把他抱起来
 事前计划定理：苛罗尼雅用工业化流水线标准建公司
 伯恩斯定律：赵王用人剑走偏锋
 邦尼人力定律：筷子故事揭露人性黑暗
 刺猬法则：戴高乐的雇员，世界上最郁闷的雇员
 杜利奥定理：塞尔玛与荒漠作伴，生活中处处有美好
 达维多夫定律：清洁工一语道破电梯设计玄机
 峰终定律：宜家让小利搏大益的经营之道
 古德曼效应：没有沉默就没有沟通
 古德定律：贾翊借古说今规避君臣尴尬
 互补理论：盖茨的军功章里有鲍尔默的一大半
 三分之一效应：班干部总是集体里最狡猾的人
 酒和污水定律：一粒老鼠屎坏了一锅粥

三、交际心理学

首因效应：一块小牌子换来一份好工作
 中心品质原理：规规矩矩会让你迅速变得苍白
 恐惧心理：第一夫人的浪漫爱情故事
 名片效应：相似性博得面试官的认同
 莱斯托夫效应：小沈阳的出位与眼睛冲击效应

<<心理学常识速查速用大全集>>

握手研究：勤练握手与沉稳关键时刻显峥嵘
 坐向效应：电视辩论节目的激烈对抗
 冷热水效应：老李的争宠业绩
 配套效应：狄德罗也难免陷入盲目购物的陷阱
 印象整饰：偷吃葡萄一串留下罪名百万
 飞镖效应：看早恋初期如何弄假成真
 见面长不如常见面：见你20次便难免熟悉你
 亲和效应：温总理爱民亲和中显大国气魄
 出丑效应：有小缺点的总是比完美的那个更可爱
 熟人链效应：小心，地球村里可能随时遇见丈母娘
 相似相惜律：管宁和华歆，历史转角处的两块磁石
 人际关系心理距离：面对面交流距离必胜指南
 交往适度定律：一斗米养个恩人，一石米养个仇人

四、营销心理学

“留面子效应”：买的再精明终究斗不过卖的
 低球技巧：汽车销售内忧乾坤，虚报低价不可不察
 贝勃规律：如何在物质过剩年代制造物质紧缺的消费饥饿感
 拆屋效应：出走学生“开天窗”倒逼班主任服软
 弗洛伊德口误：超级推销员的察言观色宝典
 自由信息：能够成功与顾客聊上天的推销员就已经成功了一半
 心理账户：同为200元丢卡与丢票效果大相径庭
 自我暴露定律：硬汉落泪打动女性消费者
 眼球经济定律：缔造贾君鹏神话的网络世界
 幽默效应：诗人儿子喝墨水被令嚼纸惩罚
 蹲跪效应：服务的姿态决定服务的最终接受度
 等待效应：海底捞餐餐火爆的独家秘诀
 言行一致原理：跟风不分年龄不论经验多少
 心理黑客：或许是下一个新兴的高收入职业
 波什定律：非洲村落里的和谐社会模式
 牛鞭效应：销售圣经里的决胜专章
 杜彻尼微笑：敷衍的笑容容不下肌肉的天然忠诚
 星期天抑郁症：推销员必须了解的大城市病

五、投资心理学

马太效应：富者更富，穷者更穷
 羊群效应：地狱里的石油矿井
 蝴蝶效应：股市里的恐慌，传递速度超越光速
 热手效应：千万不要由着手气买股票
 路径依赖规律：股市从来不相信一招鲜的故事
 叶克斯一道森定律：资本市场的最高境界
 过度自信倾向：巴菲特也不知道股市明天是否会涨
 巴菲特定律：股神原来是天线宝宝的幕后贵人
 毛毛虫效应：美国小工厂的审时度势与华丽转身
 棘轮效应：俭，德之共也；侈，恶之大也
 钱态度：得到运气眷顾，不同乞丐之冷暖人生
 减法哲学：犹太老板的境界
 80/20法则：一分耕耘加上一分聪明才等于一分收获
 相关定律：世界是连在一起的

<<心理学常识速查速用大全集>>

幸福消费观：独乐乐与众乐乐，后者方为科学之乐

颜色选房论：颜色丰富的房子只可远观不可近玩

第四章 人生阶段心理学：岁岁年年人不同

一、儿童心理学

俄狄浦斯情节：强大的父亲更容易得到孩子的认同

贴标签效应：美军战士战斗力变化的绝佳讽刺

皮肤饥饿效应：无论多忙抽空给孩子尽可能多的拥抱

法厄同行为：息国不自量力惨败，书写春秋战国史

心理制裁：法国父母的耐心教导之道

祖母原则：彤彤的墙壁变化与心理耐力的提高

强化效应：切莫忽视小红花对于小朋友的价值

预防针效应：控制儿童“漫天要价”必须事先“明码标价”

依恋心理：小猴子也不要的铁丝妈妈

窗口理论：冷酷国务卿赖斯出人意料的一面

临界期：儿童早期教育，错过某阶段时机便不可再来

照镜：豆豆小朋友的争宠历程

水是聪明的源泉：请果断的将你儿子手上的饮料拿掉

社会化历程：尝试在自己手里终结溺爱

孤独症识别法：不怕一万就怕万一的隐形孤独

二、青春期心理学

异性效应：男女搭配飘到外太空也不累

罗密欧与朱丽叶效应：青春期宛若压力锅

逆反心理：汤姆·索亚轻松实现零代价刷墙外包

禁果效应：皇家卫队严防死守土豆地的秘密

黑暗效应：爱情必须是两眼一抹黑的盲目配对

心理断乳期：迈克杰克逊的真实心理年龄

完美笑话公式：把讲笑话上升到科学的高度

心理相容效应：混混小帮派的形成不需要理由

相互吸引定律：从《越狱》里学习做团队领袖的必备素质

个人空间定律：成年前夕孩子的隐私保护狂热

成年孩子回家秘诀：人像候鸟，千里不忘回家路

25岁综合焦虑症：研究生高不成低不就有谁关注过

以貌取人，不服不行：裁判判罚看脸蛋饶是假装也逼真

求偶从众心理：青春期女孩用大众的眼光来衡量爱情的重量

一见钟情假象：无情的科学将爱情导向无聊的极端

女生羊群心理：女性再一次被定为不理性的动物

手机依赖症：机器的奴隶

网络依赖症：让每一缕阳光穿透阴暗的电脑屏幕

情感依赖症：11黄金点自检自我情感真实状态

心理减肥：让减肥成为与增肥一样简单的事情

单相思：爱你爱到杀死你

心里虚脱：大学生的普遍性茫然与自我放逐

三、更年期心理学

情绪效应：可怜阿维森纳羊因恐慌而死去

踢猫效应：别将自己的坏情绪发泄到他人身上

野马结局：冷静蝙蝠降服强大的暴躁野马

情感宣泄定律：陌生女人的倾诉垃圾桶

<<心理学常识速查速用大全集>>

约哈里窗户：最了解自己人未必是自己
心理早衰：衰老过早降临皆因心理顽疾
弗洛伊德成年游戏理论：装嫩时代走向40熟女
隐形更年期现象：美女上位不可遏止
更年期健忘：郭太太在遗忘中流走的40后人生
恋子情节：女人40何去何从
更年期抑郁症：痛苦的现实与衰弱的身体在时间轴上交汇
情感短路：王大姐与老伴的平地起狂澜
心里斜坡：越是热闹欢快的人群就越寂寞
绿色疗法：生活中多一抹绿色就会少一丝灰色
夏季情感障碍症：更年期女性心凉自然静
小应激：焦虑是一切疯狂反应的导火索
美丽补充剂：合理的睡眠就是最好的生命投资

四、老年心理学

近因效应：仇恨总是比欢快和幸福更难以抹去
路径依赖：两条铁轨之间标准距离源自古老的规矩
第二获得效应：老人的经验是预测未来最宝贵的财富
摩西奶奶效应：不怕你开始得晚只怕你永远不开始
重叠效应：老年学新知反能巩固老记忆
大脑如同肌肉：马尔克斯老来聊发少年狂
回归心理：听奶奶讲那绵延不绝的过去故事
寻找愉快：找乐子并非年轻人的专利
同性相吸现象：老头老太太的三八线
消费补偿心理：老年人的市场是下一块商业的大蛋糕
离退休综合征：被工作抛离的充实生活
愉快积极型：101岁坐摩托车逛街童心不改
直接兴趣型：寇女士65岁高龄琴棋书画全能发展
关心健康型：刘老师疑神疑鬼无病造病终拖垮自己
追求支持型：给老年人再婚开一把锁就是给家庭的和睦多打造一把钥匙
坚持工作型：长寿的秘诀
自责型：888元被骗的老人仿佛做了坏事的孩子
愤怒型：公共汽车上倚老卖老的道德观之辩
心理免疫：老来病频调心调身同重要

第五章 大众心理学：千篇一律的世界

一、流行时尚心理学

从众现象：看汉堡大街上传来的莫名恐慌如何迅速蔓延
睡眠效应：大家都喜爱的缺斤短两商品
凡勃伦效应：哥买的不是手表，买的是价格的数字
时尚效应：原来牛仔裤已经109岁高龄
邻里效应：100万能够买到好房子，1000万才能买到好邻居
布里特定理：可口可乐的商业秘诀——99%广告+1%的产品
社会影响力原理：快速获得捐款名单的秘密
小世界原理：不可思议的六人无联系传递
愉快+情感+要出卖的商品=广告心理学
惰性思维：千篇一律的跟风款式与别出心裁的独创风险
临近效应：深入到生活中每一个细节的汰渍洗衣粉广告
泡菜效应：不同的水泡出味道迥异的蔬菜

<<心理学常识速查速用大全集>>

耦合振荡体系统：不做出头鸟的古训缔造时尚跟风潮
共情：《阿凡达》以俗套剧情通吃全球市场
好奇心制胜法则：鹤鸣皮鞋独特创意锻造长久品牌
“广告定位”理论：会讲故事的产品才是90后最欣赏的产品
不对称信息：最失败的广告——记住了广告词，没有记住产品

二、信息传播心理学

波纹效应：小小漫画险酿世界大战
锐化效应：42年产品不坏，A·O史密斯借势炒作效果佳
传播扭曲定律：丁家井下众口传说妖精遍地
蝴蝶效应：理查国王一世英名因四个马掌而毁灭
社会感染效应：官家欺人太甚顺民反抗循环上演
沉默的螺旋：民众情绪犹如沙中筛金
沾光效应：多少名人曾经忘却自己的真实生辰
谣言传播公式：商业帝国不堪传言攻击轰然倒塌
查尔斯·巴斯克维尔效应：迷信在任何一个时代都有固定市场
心理画像：神探冷静推理迅速解开犯罪难题
群体无意识：被大众怒火点燃之后的县政府
简单断言传递：连环绑架惊恐深圳家庭
传播隔阂：亮亮与妈妈眼里截然不同的21天训练营
缄默效应：伊索寓言里的有效信息传递之道
说服效应：枪弹论
模糊信息从众现象：误导信息让高知分不清线段的长短

三、大众决策心理学

责任分散效应：世界之都的世界级冷漠
群体极化：“门”时代的网络无聊围观奇迹
权威效应：从蒸馏水里闻出味道的权威命令
搭便车效应：整个世界安静时没人能够确定存在
华盛顿合作规律：螃蟹之筐的防爬玄妙设计
社会惰化效应：8人之团拉力摊薄不及单人半分
名人效应：广告再变明星代言总是不变
自动力效应：在内衣诊室里坐立不安的绅士如何安身
个人稳定区：李宇春个人风格的自卫反击战
“我爱的查理老大叔”现象：每个人心中美好记忆的集合体
互惠定律：给予就会被给予
心理感应：如果敏感刘邦可以强渡乌江
公地悲剧：冠生园的繁殖泛滥
镜像知觉：美国与苏联之间荒唐的互相评价
稀缺性原理：猎食野生动物的野蛮逻辑
好撒马利亚人实验：虚伪乃社会全体之共有风情
心理战：无所不在的第4种战争

第六章 成功心理学：超越人性的弱点

一、低谷心理学

詹森效应：七败之殇何时解心魔
甜柠檬效应：千万不要为打翻的牛奶而哭泣
酸葡萄心理：老狐狸如何骗倒自己
反事实思维：原来得铜牌比得银牌更快乐
比伦定律：肯花1000万美元学费的牛公司

<<心理学常识速查速用大全集>>

卡瑞尔公式：卸下心理包袱方能得到创新良方
贝尔效应：王永庆天生财神卖米也能卖出神奇花样
挫折必然定律：泰晤士河前世今生映照英国历史清影
态度决定论：神奇教练的口号训练法
巨人影子效应：牛顿的科学也有窘迫尴尬时刻
瓦伦达效应：射击选手的心态失靶
飞轮效应：百货大王梅西的坚持与执拗
专精定律：莎士比亚充分发挥灵性的童年与日后成功
显现定律：执着成就精彩人生
心理卸妆法：大阪家庭妇女的心理学魔术
自制力有限原理：健康小萝卜的自制力削弱效力
可见目标定律：麦地插红旗与远大前程的关系
穿衣心理暗示：四不穿衣法带你迈入成功一族
带哭的呼吸：女人的成功秘方

二、高峰心理学

拍球效应：老船长增压有道化险为夷
不值得定律：伯恩斯坦的失去与得到同样财富满满
卢维斯效应：为什么青蛙的脖子很短叫声却很大
权力膨胀定律：纣王使男女傥相逐其间终致众叛亲离
自我服务偏差：张丞相的良好自我感觉与差劲书法之道
柏林定律：亨利福特的成功与依赖成功
直觉决策：斯坦福大学毕业的商业吸血鬼
尼曼前景理论：安心不一定能够驶得万年船
小数法则：抛硬币的骗人把戏
误差理论：马特·埃蒙斯历史性的失误
回归平均线：田亮的自我放逐与自我回归

三、蛰伏心理学一

约拿情结：圣经故事的永恒启示
登门槛效应：一万米与一头渐渐长大的猪
青蛙效应(frogeffect)：肚子里的市场份额
半途效应：乐羊子妻子的标杆表现
蘑菇原理：费奥丽娜的转型与蛰伏
二八法则：瑞典的银行组织令人沮丧的发现
鲶鱼效应：本田的管理哲学与动物生态
最后通牒效应：吃硬不吃软的阿根廷政府
体貌效应：孔圣人也看样貌取人
凯西定律：不接地气的领导与勤劳的农民
软糖试验：哪个小朋友能忍住糖果的诱惑
指标定律：三个石匠的不同人生远景与最终际遇
蜕皮效应：查德维克的功亏一篑与愈挫越勇
欲扬先抑定律：老人巧思妙想逗得猴子团团转
木桶定律：少年神童的强智力弱心智
奥卡姆剃刀定律：空肥皂盒折射出的智慧
职业高原现象：你或许正在与护士们攀登同一座山峰
白领嗜贪症：廖小军贪心不足自我吞噬
吹牛综合症：认清真实的自我

第七章 其他心理学：众人皆醉我独醒

<<心理学常识速查速用大全集>>

一、突发灾难心理学

过度倾诉：美国的祥林嫂不比我们少
“存肢效应”：把失去当成财富
绝境定律：绝症士兵的叫绝逻辑
希望效应：富翁有钱了也发愁
心身耗竭综合征：消防队员的心理火灾如何扑灭
广场恐怖症：30年不出门的超级宅男之王
创伤后应激障碍：唐山地震后的悲惨与不懈追求
末日综合症：2012年你在哪里我们又在哪里
灾难化糟糕效应：林先生的心理变质与生活变味
见诸行动现象：选择死亡的天使女孩
退行作用：返老还童的悲惨地震孤儿
存活者心理体验：列车相撞后的救人者自责
幸存者心理麻木化：印度洋海啸淹没了人性的希望
幸存者关爱冲突现象：残忍媒体的关爱与伤害倒置
后灾难意义追问：英雄蒋敏的地震后生活
优秀倾听者守则：话语能够让一切坚硬化为绵软
Finalism推理：震区孩子寻找解释的幼心灵
俄罗斯方块效用：古老游戏的存续理由

二、犯罪心理学

破窗效应：地铁凶案连连，不抓凶手抓逃票为哪般
下坡容易定律：国产黑客的勃兴与堕落
多米诺骨牌效应：卑梁小国自不量力终自亡
群体去个性化效应：美国社会的畸形群观跳楼心理
公路狂躁症：堵车堵出人性所有的丑恶
厌恶防卫定律：传销的消灭人性与建构兽性
自我宽恕心理：东北女老师的职业风险与社会责任
道德的自律与他律：里约热内卢的冰火两重天
海洛因效应：当乞丐遇到贵人，贵人便是乞丐未来的努力方向
火星效应：谎报年龄的虚假贵族到底说了多少谎话
动物医生：阿猫阿狗的伟大力量与神奇效果
简单化思维：男人真的没有一个好东西吗
音乐心理疗法：传统民族音乐原来是治疗病症的宝库
米尔格伦实验：一个小小的命令就能让人灭绝人性

章节摘录

版权页：另一个不甘示弱：“不用麻烦兄台了，我最近勤于锻炼，腿肚子上都是精肉，不嫌弃的话我就割下来我们下酒吃好了，如何啊？”

前一个人听后，顿时产生了一股厌恶的情绪：“我想我还是回家收割去吧！”

前一个走后，后一个人似乎已经获得最勇敢的人的称号，但这时有一个好事者却问他你真敢割，这一下激怒了“最勇敢者”，他拔出一把佩刀，将自己的小腿肉割下来当场咽了下去，最终，此人由于自食其肉产生了巨大的逆反心理而自杀身亡。

每个人都有自己厌恶的事情，而每个人对于厌恶的承受能力实际上各不相同，厌恶只是人类情感的一种，而且是非常重要的情感，用于保护我们自身。

所以硬要违背厌恶心理去做一件事情，是非常不成熟、不理智的表现，而绝非勇敢、睿智。

无批判接受顺言：星座预言的心理学诡计词条解析这个心理倾向其实很简单，即是说当你见到描述自己个性的词语都是你爱听的话时，你会很自然地认为这种描述是真实的。

所谓无批判接受顺言，就是指人容易相信别人对自己的奉承或赞扬的倾向。

经典案例美美刚上大学，在大学散漫、无聊的时光里，她对于星座着了迷，她觉得所谓星座学对她个人性格的预测简直太准确了。

她的生日按照日期检索，应该属于处女座，而处女座的性格描述是这样的：处女座：你是一个逻辑性强并有条理的人，你讨厌无序和混乱。

你的挑剔让朋友们受不了。

你缺乏热情，感情淡漠，常常无意识地伤害人。

处女座生来就是化解冲突的高手。

美美打心底里觉得太正确了，她真的是一个逻辑强有条理的人，而且感情偏向冷漠，这是因为自己太理性，然后更加深刻的觉得自己是一个完美主义者，是这个世界不符合自己发展的现实让她一直怀才不遇。

然而实际上，她的室友却并不是这么看的，她的室友私下里议论时，对于美美是这样评价的：她确实喜欢规划很多事情，然后所谓的有条理都只是停留在空想阶段而已，她总是设想一件事情会如何如何，而从来不去实践，同时由于美美总是思前想后，特别是迷上星座以后更不爱搭理人了，所以给人一种冷漠的感觉。

相信很多人乍一看星座属性对于各种性格的描述，都会觉得与自己非常贴切，实际上这些都只不过是表面准确而已。

正是无批判接受顺言在作怪，使得你不加思考便接受了这种标准化的判断结果，从而觉得自己优点无数，陷入自满之中。

无批判接受顺言是大家都会有心理弱点，如果要对自己有清晰的认识，必须时刻反省自己是否陷入了这个顺言的陷阱之中。

补偿作用：一招鲜吃遍天词条解析所谓人无完人、金无足赤，但凡是人类，就会有或多或少的一些缺陷，或是外貌、或是才能，或因自身的缺憾及某方面的弱点而不能达到目的，当遇到了各种缺陷和不顺利、当个体在某个领域中遭受挫折时，个体往往采取“隐恶扬善”的方式，掩饰其先天或后天缺憾所造成的自卑感，进而弥补因失败而失去的信心与自尊，这就是所谓的补偿作用心理原理。

经典案例曾经有一个小男孩，自从6岁时就开始在武馆练习柔道，这个小男孩勤奋有佳，甚至成为了这个武馆的希望之星，然而当他10岁时，一次可怕的车祸夺去了他的左臂。

尽管如此，他还是决定去学柔道，武馆里最有名望的一位日本柔道老师傅看到了这样的情况，马上决定破例手把手教授他学习柔道技艺。

男孩学得非常刻苦，也学得非常好，进步很快。

但是，经过了3个月的苦练，小男孩却发现，他的师傅只教了他一个招式，这使他非常不理解。

有一天，小男孩的疑问终于忍不住爆发了：“难道我不应该再学一些其他的招式吗？”

“这是你知道的唯一一招，也是你需要知道的唯一一招。”

他的师傅回答。

<<心理学常识速查速用大全集>>

几个月的辛勤训练之后，男孩的师傅带着他去参加了第一次柔道比赛。

令男孩自己都感到惊讶的是，前两场比赛他轻而易举的战胜了对手。

第三场比赛比较难，他的对手手法很多，但却是精彩纷呈而又无的放矢的三脚猫功夫，等到这个对手一一展示完自己那些唬人的“绝招”后，他渐渐失去了耐心。

结果，男孩瞅准时机熟练地用唯一的一招赢得了那场比赛。

决赛开始了，这一次，他的对手是个身材更加魁梧、体魄更加健壮、临战经验也更加丰富的家伙，这个人来头可不简单，他包揽了儿童组的几乎所有冠军头衔。

果然，在最初的争斗中，男孩显得有些力不能支，踉踉跄跄的步伐似乎已经无法阻挡对手一次次的抱摔尝试。

裁判考虑到他可能会受伤，宣布比赛暂停。

就当裁判正准备宣布比赛就此结束之际，男孩的师傅匆匆跑过来，说道：“不，请让他继续比赛。

”比赛重新开始。

男孩的对手犯了一个严重的错误：他放松了警惕。

男孩瞅准机会，用他唯一的一招击败了他。

男孩赢得了决赛，成为这次比赛的冠军。

在回家的路上，本来应该显得兴高采烈的男孩，却始终愁眉不展，憋了半天，他才终于鼓起勇气问了一个他心里真正想问的问题：“师傅，我只有一个招式，怎么会赢得这场比赛呢？”

”师傅哈哈大笑，耐心的向他解答到：“你能够获胜，有两个原因，第一，你这唯一的一招是柔道功夫中最厉害的招式之一。

第二，你的对手唯一能够用来防御你那一招的是去抓你的左臂。

”

<<心理学常识速查速用大全集>>

编辑推荐

《心理学常识速查速用大全集(案例应用版)》人之所以区别于动物，就在于人类具有丰富的情感、细腻的心理活动。

我们尽己所能，从不同的维度解读特定场景、特定时点、特定人物下的各种不同心理状态。

在京师心智等编著的这本《心理学常识速查速用大全集》中，有从生活场景角度分类的家庭心理学、职场心理学，告诉您生活和工作中那些神奇的心理现象和心理反应；有从人生发展阶段角度分类的成功心理学和人生阶段心理学，帮助您在人生不同时期都能洞察七情六欲；还有从社会群体角度分类的大众心理学以及灾难心理学、犯罪心理学，让您对于社会事件发生的心理机制了如指掌。

百科全书式全面覆盖，领导心理学、管理心理学、交际心理学、营销心理学、投资心理学、婆媳相处心理学、尊幼相处心理学、夫妻相处心理学、子女教育心理学……深入浅出的精彩案例，词条解析+实际案例，与传统心理学读物复杂的学理阐述相比，案例的场景还原效应必定能够使您更加容易理解那些看似高深莫测的心理学现象。

互动性，趣味感十足，解释词条+讲解本词条的应用之道，同时穿插一些富有互动性和启发性的心理学小测试、小量表，您甚至可以现学现用，在亲友同事面前小露一手。

强大的实用和操作性，不仅帮您在平常状态下能够拥有一份好的心态，还可帮您在遇到非常环境和状况时依然能够镇定自若。

A型性格：候诊室里地面与心理的双重凹陷
B型性格：唱白脸的贾母与人瑞的人生哲学
C型性格：《红楼梦》软迎春一载赴黄梁
D型性格：一个人的寂寞，无限量的孤独
E型性格：崔永元，追求完美的“鞋拔子”
脸自利性偏差：中国队赢球的37大条件；月曜效应：周一的办公室为何哈欠连天；神奇三小时效应：5点到8点的工作或许没有那么可怕；潜能最佳状态：游泳健将其实全都是船长；天花板效应：中国人挤破头也要住大房子的原因；安全需要效应：开发商绑架了中国人的安全感之后；性节律：婆婆的不解风情与新婚的干柴烈火；巴纳姆效应：算命先生比你父亲还了解你的秘诀；不对称定律：韩寒、丁俊晖在非主流中显风流；退休失衡综合焦虑：退休效应破坏力不亚于59岁效应；多看效应：夫妻相就是看到顺眼为止的结果；马赫带现象：谈恋爱与买彩票不过一臂之隔；鸡尾酒会效应：看一个电话如何毁掉一对恩爱夫妻；独家激励法则：重要的不是红烧肉而是独家红烧肉；名片效应：诉苦式求职博百分之一瞅对眼者的青睐；莱斯托夫效应：小沈阳的出位与眼睛冲击效应；相互吸引定律：从《越狱》里学习做团队领袖的必备素质。

<<心理学常识速查速用大全集>>

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>