

<<心理学其实很好玩>>

图书基本信息

书名：<<心理学其实很好玩>>

13位ISBN编号：9787510423116

10位ISBN编号：7510423112

出版时间：2012-1

出版时间：新世界

作者：高志鹏

页数：289

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>

## <<心理学其实很好玩>>

### 前言

序言 心理学是一门科学，现实生活中，很多人都有这样的误解：学习心理学是为了看透别人，从而给自己带来利益。

其实，学习心理学的目的是为了更好地理解别人的行为并作出解释，为了更好地观察生活，而不仅仅是读懂人心。

如果端正了学习心理学的态度，你将发现这是一门很有意思的学科，很多现象都与现实生活联系密切，非常有趣。

心理学是一门研究人类及动物的心理现象、精神功能和行为的学科，既是理论学科，也是应用学科。

心理学研究涉及知觉、认知、情绪、人格、行为和人际关系等多个领域，也涵盖了日常生活的诸多领域——家庭、教育、健康等。

一方面，心理学尝试用大脑运作来解释个人基本的行为与心理机能；另一方面，心理学也尝试解释个人心理机能在社会行为与社会动力中的角色。

此外，心理学也与神经学、医学、生物学等科学有关，因为这些科学所探讨的生理作用会影响个人的心智。

通过学习心理学，人们可以更透彻地了解自身与他人，看清各种现象的本质，从而有助于形成一套有见地的、成熟的判断标准，在与他人交往的过程中，也会减少很多不必要的麻烦。

随着时代的发展，社会的进步，人们知识水平的不断增长，大家对于个人心理方面的变化和 demand 更加关注，因此，人们渴望了解心理学，但又苦于无法读懂晦涩的定义，极大地压抑了人们的好奇心。

人们渴望通过简单有趣的例子、浅显的道理读懂心理学，并将心理学跟身边的人和事联系起来，以期更好地将其理解与运用到工作和生活中。

本书是一部融知识性、趣味性、实用性于一体的心理学著作，通过经典的案例及故事，让读者了解过去及现在的一些代表性事件，加上作者深入实际的独到分析，最后配以专业的心理学定义阐释，为读者开启了一次不同寻常的心理学之旅。

每章最后均附有经典心理学测试，增强了本书的可读性与趣味性。

本书分为七章，精选了心理学中最具代表性、与生活联系最为密切的七个方面，分别是：九型人格、女性心理学、变态心理学、积极心理学、认识自我、人见人爱的秘密、成功人生。

相信读者在轻松阅读之后，不仅能体验到趣味性，更能结合自身实际，感受到心理学在生活中的广泛运用。

心理学看似精深复杂，其实它也有很好玩的一面。

现实生活中，很多现象都可以用心理学来解释，了解之后，你会发现其中趣味横生。

## <<心理学其实很好玩>>

### 内容概要

本书是一部融知识性、趣味性、实用性于一体的心理学著作，通过经典的案例及故事，让读者了解过去及现在一些代表性的事件。

另外，加上作者的独到分析，深入实际。

最后配以专业的心理学定义阐释，让读者开启一次不同寻常的心理学之旅。

每章最后均附有经典心理学测试，增强了本书的可读性与趣味性。

本书分为七章，精选了心理学中最具代表性、与生活联系最为密切的七个方面，分别是：九型人格、女性心理学、变态心理学、积极心理学、认识自我、人见人爱的秘密、成功人生。

相信读者在阅读之后，不仅能体验到趣味性，更能结合自身实际，感受到心理学在生活中的广泛运用

。

## <<心理学其实很好玩>>

### 作者简介

北京博士德管理顾问有限公司高级讲师，玛雅房屋山东总部人力资源总监，青岛玛雅蓝海方略顾问有限公司总经理。

本科毕业于天津大学管理学院国际工程管理专业，硕士毕业于上海财经大学国际金融专业；取得经济师、人力资源管理师、心理咨询师、注册会计师（CPA）等专业资格；曾连续4年出任国内顶级咨询公司专职咨询顾问；曾辅导过50家以上各行各业的顶级公司，包括：李锦记、华泰人寿、BP、可口可乐、HP、ABB、索尼、诺基亚、爱立信，等等。

## <<心理学其实很好玩>>

### 书籍目录

#### 第一章 九型人格的故事

完美型—完美主义是一个美丽的错误

助人型—助人者人见人爱

成就型—我只想超越比尔·盖茨而已

艺术型—天才都是忧郁的

智慧型—认识并了解一切

忠诚型—精忠报国

乐观型—把欢笑带给全世界的孩子

领袖型—影响深远的功夫之王

和平型—为了长久的和平

本章附录：九型人格测试

#### 第二章 女性心理学

都是虚荣惹的祸

女人，你到底想要什么

好奇害死猫

善用异性效应

为什么女人会尝试婚外情

坏男人到底哪里好

分手的女伴

任性的西瓜女孩

减肥的误区

没完没了的唠叨

冲动是魔鬼

本章附录：女性魅力心理测试

#### 第三章 变态心理学

姑姑的妄想症

什么都没了

花痴

疑神疑鬼的创业者

倒霉的“第三者”

“耶稣”与凤姐

约翰·列侬之死

跟踪狂

科特·柯本之死

变态的伪娘

“杀人游戏”

患有孤独症的科学家

水仙花

第一个被公众关注的人格分裂者

“好好先生”迪恩

身体里住着17个人

“火柴人”罗伊

炸弹狂人

十字弓食人魔

本章附录：FBI变态心理学测试

## <<心理学其实很好玩>>

### 第四章 积极心理学

一句演讲词

横渡英吉利海峡

找座位

死神与智者

急于求成的少年

本田先生的策略

波音公司的翻身仗

六名女工

比尔·盖茨与乞丐

专注的老者

伯恩斯坦的遗憾

别被情绪所左右

聪明的老人

本章附录：幸福指数心理测试

### 第五章 了解真实的自己

以己为镜

苏东坡效应

中了美人计的诗人

追求完美的摩托罗拉公司

鹰王的代价

地狱石油

不可造就之才

多付了薪水

宁做鸡头，不做凤尾

“猛可”与手表

熬夜并不能改变结果

土里土气的老夫妇

升职选择

“稀世珍宝”

摩西奶奶

本章附录：了解最真实的自己心理测试

### 第六章 人见人爱的秘密

法官与花匠

猎人、猎狗和兔子

伤痕实验

林肯的演讲

迎合选民的里根

保持一定的距离

以人为本的松下电器公司

三个小金人

小有名气·

一盆“冷水”，一盆“温水”

本章附录：测一测你的受欢迎程度

### 第七章 成功人生的开端

一千面镜子的大厅

柯林斯的改革

<<心理学其实很好玩>>

顿悟的郑板桥

温迪快餐店

放牧的小和尚

戴尔的销售模式

驳不倒的博士

贫困潦倒的销售员

威利·卡瑞尔的绝招

谈判专家柯英

贤内助

心向成功

沉默的智者

修理工难倒阿西莫夫

冷漠的旁观者

三个仆人

本章附录：成功心理倾向测试

附录·心理测试答案

第一章测试答案

第二章测试答案

第三章测试答案

第四章测试答案

第五章测试答案

第六章测试答案

第七章测试答案

## &lt;&lt;心理学其实很好玩&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘一 完美主义是一个美丽的错误 切·格瓦拉，一个被称为“红色罗宾汉”的游击革命家，一个被誉为“共产主义的堂·吉珂德”的理想主义者，用他39年的短暂时光谱写了一部生命传奇。

他是完美型人格的代表人物，这类人的特点是不断追求进步，具有领袖气质，有超强的忍耐力，有毅力，守承诺，喜欢控制。

在生活中，这类人相信自己始终有做不完的事情，爱劝勉教导，对逃避表达愤怒。

完美主义者经常感到愤怒、不满，这都是源自过高的生活要求。

不满情绪对自己和周围的朋友都有很大影响，不利于人际和谐。

同样因为事事追求完美的态度，让他们在生活里常常碰钉子。

除了对外发泄愤怒情绪，内心也在不断经历挫败与失望。

如果不能很好地化解这些负面情绪，对健康十分不利。

书摘二 天才都是忧郁的 公元前384年，亚里士多德出生于富拉基亚的斯塔基尔希腊移民区。

他的父亲是马其顿国王腓力二世的宫廷侍医，所以他的家庭应该属于奴隶主阶级中的中产阶层。

亚里士多德于公元前367年迁居到雅典，曾经学过医学，还在雅典柏拉图学院学习过很多年，是柏拉图学院的积极参加者。

多年的生活经历使亚里士多德悟出了一个道理：天才都是忧郁的。

这位哲学巨匠虽然为人类作出了不朽的贡献，但其一生却深陷忧郁的阴影之中。

亚里士多德是忧郁的，他追求独特，喜欢浪漫，容易情绪化，害怕被人拒绝，拥有强烈的占有欲，总是认为别人不了解自己，喜欢我行我素的生活风格。

在生活中，忧郁的人情绪波动较大，倾向追求不寻常、具有艺术性而富有意义的事物，爱幻想，认为死亡、苦难、悲剧才是极具价值和真实的生命，他们对美感的敏锐程度可见于独特的衣着以及对布置环境的品位，这些都显出他们的独特性、创造力。

这类人天性悲观，认为生命是一个悲剧，与人相处若即若离，害怕亲密关系而暴露自身的不完美。

书摘三 乐观型，把欢笑带给全世界的孩子 沃尔特·迪斯尼于1928年创造了米老鼠这一经典卡通形象，被称为“米老鼠之父”。

用迪斯尼自己的话说则是：“一切都从一只老鼠开始。”

1983年和1992年，迪斯尼以出卖专利等方式，分别在日本东京、法国巴黎建成两个大型迪斯尼主题公园。

至此，迪斯尼成为世界上主题公园行业内的超级霸主。

但这些，沃尔特都已经看不到了。

晚年的沃尔特不幸染上了肺癌，但他依然把心思和精力都放在了筹划佛罗里达州的新乐园“迪斯尼世界”上。

1966年12月14日午夜，沃尔特让人把他的床头升高，他要最后看一看自己的电影公司，迪斯尼公司在寒冷的夜里灯火辉煌。

凌晨，沃尔特·迪斯尼——这个给世界带来欢笑的童话老人去世了。

沃尔特·迪斯尼是一个乐观的人，他的乐观来源于他童真的内心世界，他的乐观帮他摆脱了多次危机，成为动画和主题公园领域内的霸主。

书摘四 好奇害死猫 好奇害死猫。

猫的特性之一就是好奇心，这种特性与女人的特质不谋而合。

猫拥有相当发达的感觉器官，尤其喜欢探险，对于周围的环境充满了强烈的好奇心。

这与女性细腻的心思及反应有很多共同之处。

女人天性冲动，也因此才更显美丽。

然而，女人也常常被好奇心所害。

求知欲是人类的本能，好奇心同样是与生俱来的本能之一，它能够满足求知欲和心理反应的需求，得到兴奋与愉悦的感受。



## &lt;&lt;心理学其实很好玩&gt;&gt;

在现实生活中，好奇心的利弊应视所面对的事情而加以辨析。  
对于女人而言，保持适当的好奇心有助于调剂生活，但千万不要过度。

切记：好奇害死猫。

书摘五 为什么女人会尝试婚外情 是什么原因导致女性婚外情呢？

下面介绍女人婚外情的10种常见心理： 1. 补偿心理：有些女人因为种种原因导致生理方面得不到满足，或者是夫妻关系不和谐，因而主动寻找第三者或乐意接受第三者予以补偿，从而形成婚外恋。

2. 欠情心理：男女双方各有家室，或一方成家后另一方不愿成家依然暗恋着对方，当一方生活困难或夫妻感情不和时，另一方觉得还欠着对方的情因而主动投入旧情人怀抱，旧情复萌，从而产生婚外恋。

3. 贪财心理：有些女人贪图男方钱财，从而形成婚外恋。

4. 图貌心理：有些女人贪恋男人的外貌，主动示爱，从而产生婚外恋。

5. 报恩心理：有些女人在困难时期经常得到男方的帮助，出于报恩心理，从而产生婚外恋。

6. 报复心理：有的夫妻因为一方有外遇，另一方为了报复对方，主动寻求第三者，从而产生婚外恋。

7. 好奇心理：有些女人出于好奇心，追求刺激，从而产生婚外恋。

8. 享乐心理：有些女人贪图享乐，看重男人的物质优势，从而产生婚外恋。

9. 相悦心理：有的男女在结婚后又遇到彼此心仪的对象，两情相悦，从而产生婚外恋。

10. 互利心理：有些男女为了共同利益，互相利用，从而产生婚外恋。

书摘六 坏男人到底哪里好 在美国司法史上有过一个极端的案例：曾经有一个连环强奸犯，在审判的时候，他坚持说是那些女人引诱他的，并不是他强迫那些女人的。

最后，这个强奸犯真的被无罪释放了。

因为那次审讯的陪审团全部都是女人。

有一句俏皮话叫做：男人不坏，女人不爱。

这也在一定程度上反映了社会现状。

据某调查中心报告显示，在所有的光棍汉中有95%的男人都是老实人，而那些“坏”男人，即使条件再差，也不会打光棍。

那么，为什么有那么多女人喜欢“坏男人”呢？

“坏男人”喜欢玩，懂得逗女人开心，他们更懂生活，经济状况也不错，而这些都是女人看重的。

当然，最重要的是他们善于撒谎，就算一无所有，也能轻易骗过女人，让她们深信不疑。

爱上坏男人，主要还是出于女人致命的虚荣心与对生活的过高期望。

诚实的好男人达不到她们的期望值，只有坏男人才能编造出一个她们心目中的理想世界。

书摘七 花痴 年近四十的王女士在某大学任教，六年前她迷恋上某影视剧中的男明星无法自拔，患上钟情妄想症。

经过长期的系统治疗，她终于恢复了正常的生活。

王女士家境优越，从小受到家人的百般呵护，可以说是娇生惯养，非常任性。

20多岁开始就总是说生活没有意思，要去流浪。

直到2000年时看到一部电视剧，觉得男主角爱上了她，于是开始疯狂地追求那个男主角：写信、打电话、发邮件，忙个不停。

有一次，她得知该男主角在云南拍戏，便坐车去云南寻找，结果无功而返。

后来，她居然想方设法找到那个男演员的住址，到其家里、单位打探。

男演员的经纪人将她送到收容所，遣送回来。

临走，经纪人告诉她说：“你心理或精神可能存在一些问题，回去后去医院咨询一下。”

王女士回家之后不仅没有去医院咨询，还在家里给这个演员供奉了一个牌位，高兴的时候就对牌位说些情话；不高兴的时候就对牌位又打又骂。

家人不得已将其送到精神病院。

由于病程较长，经过了近两年治疗，王女士的病情才得到控制，恢复正常生活。

## &lt;&lt;心理学其实很好玩&gt;&gt;

患有“花痴”的人偷偷暗恋对方，经常一个人幻想、发呆；有的患者有恋物癖；还有的患者自作多情，认为异性对自己产生了爱情，因此朝思暮想，寝不安眠，食不甘味，甚至找到对方纠缠不清。

书摘八 “耶稣”与凤姐 1960年，在密歇根某家精神病院的同一栋病房里住了三个男病人，奇怪的是，三个病人都自称是“耶稣基督”。

从心理学角度来看，含有宗教及自大色彩的身份妄想，可能是病人为了摆脱其无法承受的心理困境而产生的对策。

除了本案例中的这“三位耶稣”外，另有一家精神病院也曾同时出现两位自称是“圣母玛丽亚”的女性病人。

仔细观察不难发现，我们身边就有很多“自大妄想症”患者。

2009年，有关凤姐的报道铺天盖地，对此，人们惊呼肯定是有心理问题。

心理学家认为，除却个人炒作的嫌疑外，她的行为类似自大妄想症。

专家说，凤姐通过对自身状况的过度夸大，来满足自己的虚荣心，是内心自卑的一种体现，这些症状多半是从青少年的时候开始的。

在我们身边，这样的例子绝不是少数。

这类患者属于典型的自大妄想症，希望通过夸大事实得到人们的关注，满足自己的虚荣心。

书摘九 身体里住着17个人 在美国，有一个名叫卡伦·奥弗希尔的女子，她在年轻时被确诊患上“多重人格分裂症”。

经医生诊断，她的病情比一般患者复杂得多，体内有17种人格共存，让她多年来痛不欲生。

经过十多年治疗，奥弗希尔成功把17种人格融为一体，她形容这种感觉“就像获得了新生”。

心理专家认为，分裂样人格障碍的形成一般与人的早期心理发展有很大关系。

人类个体出生以后，有很长一段时间无法独立，需要父母照顾，在这个过程中，儿童与父母的关系占重要地位，儿童就是在与父母的关系中建立早期人格的。

在成长过程中，尽管每个孩子都曾受过批评，但只要他们感觉到周围的爱，就不会产生心理上的偏差。

但是，如果孩子在其成长过程中每天都受到批评与指责，得不到父母的爱，他们就会觉得自己毫无价值。

更进一步，如果父母对子女不公正，就会使儿童是非观念不稳定，产生心理上的焦虑和敌对情绪，有些儿童因此而分离、独立、逃避与父母身体和情感的接触，进而逃避与其他人和事物的接触，这样就极易形成分裂样人格。

书摘十 地狱石油 一个石油大亨正在向天堂走去，但圣·彼得对他说：“你有资格住进来，但为石油大亨们保留的大院已经满员了，没办法把你挤去。”

这位大亨想了一会儿后，请求对大院里的居住者说句话。

这对圣·彼得来说似乎没什么坏处，于是，圣·彼得同意了大亨的请求。

这位大亨大声喊道：“在地狱里发现石油了！”

大院的门很快就打开了，里面的人蜂拥而出，向地狱奔去。

圣·彼得非常惊讶，于是请这位大亨进入大院，但他迟疑了一下说：“不，我认为我应跟着那些人，这个谣言中可能会有一些真实的东西。”

说完，他也朝地狱飞奔而去。

这就是典型的从众效应，一味盲目地从众，会扼杀一个人的积极性和创造力。

成功者与失败者的本质区别之一，就在于他们很少盲目行事，拒绝“随大流”，他们更倾向于依靠自己的理性判断而非盲从。

……

## <<心理学其实很好玩>>

### 编辑推荐

你会莫名其妙的心烦意乱吗？  
你看不透女朋友的真正心意吗？  
你觉得你的同事冷漠不好相处吗？  
你的上司在你为公司作出贡献后却反应平平吗？  
在你不停地为这些事儿烦恼的时候，有些人已经解决了这些烦恼并开始快乐的生活了。  
还在等什么？  
像那些去除烦恼快乐生活的人一样，翻开《心理学其实很好玩》吧，你也可以抛开烦恼，快乐的生活！

<<心理学其实很好玩>>

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>