

<<趣味心理学>>

图书基本信息

书名：<<趣味心理学>>

13位ISBN编号：9787510702457

10位ISBN编号：7510702453

出版时间：2010-10

出版时间：中国长安

作者：王光耀

页数：243

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>

<<趣味心理学>>

内容概要

这是一部兼具知识性、趣味性与实用性的作品，它不拘泥于传统的心理学体系，而是从人们的日常生活和工作实际出发，将86种常见的心理现象，通过生动有趣的寓言故事、充满智慧的名人轶事以及鲜活的生活案例呈现给大家，以满足大家对心理学知识的渴求。

人生就是一场心理较量，命运掌握在自己手上，只要你学好心理学，就能主导自己的人生，获得幸福与成功。

<<趣味心理学>>

书籍目录

第一章 了解未知的自己 ——自我认知心理学 1. 第一个要认识的就是你自己 2. 你给自己打多少分 3. 多重标准会使你的生活陷入混乱 4. 抱着“随大流”的心理,就难以突破 5. 别把自己当“中心”,就不会为小事抓狂 6. 摆脱双面人的烦恼 7. 为什么总爱在最后期限到来时完成任务 8. 难以避免的以己度人之心 9. 我们经常无意识地为自己找借口

第二章 你的情绪你做主——情绪心理学 1. 不合实际的需求常常是烦恼的根源 2. 别让压力成阻力,要让压力变动力 3. 一旦被焦虑所困扰,就等于跟快乐说拜拜 4. 怎样预防“心灵感冒” 5. 无论习何等业,总不可有粗浮气 6. 与恐惧说再见,才能与快乐相见 7. 人的情绪可以相互感染 8. 学会控制自己的愤怒情绪 9. 用合理宣泄拯救你的情绪 10. 悲观者其心灵世界一片阴暗

第三章 远离可怕的负面心态——健康心理学

第四章 破解幸福密码——婚恋心理学

第五章 关系决定命运——社交心理学

第六章 到什么山上唱什么歌——说话办事心理学

第七章 看好你的钱袋——投资消费心理学

第八章 成就自我就这么简单——成功心理学

第九章 潜伏在办公室——职场心理学

章节摘录

第一章 了解未知的自己 ——自我认知心理学 1. 第一个要认识的就是你自己 趣味故事
爱因斯坦小时候是个十分贪玩的孩子，母亲的再三告诫对他来说毫无用处。

对此，父母经常感到忧心忡忡。

直到他16岁那年的某一天，父亲的一个故事改变了爱因斯坦的一生。

那天上午，父亲拦住正要去河边玩耍的爱因斯坦，说：“昨天，我和我的杰克大叔一起去清扫一个大烟囱，那烟囱只有踩着里面的钢筋梯才能上去。

钻烟囱时，你杰克大叔总是走在前面，我跟在后面。

打扫完钻出烟囱时，我们发现了一件非常奇怪的事情：你杰克大叔的后背、脸上全被烟囱里的烟灰给蹭黑了，而我身上竟连一点儿烟灰都没有！

” “是吗？”

”爱因斯坦一下子来了兴趣。

父亲继续微笑着说：“是啊！

你知道吗？”

我当时看见你杰克大叔的模样，心想我一定和他一样，脸脏得像个小丑，于是我就到附近的小河里好好洗了洗。

而你杰克大叔呢，他看我钻出烟囱时干干净净的，还以为他也和我一样干净，因此只是胡乱洗了洗手就上街了。

结果，街上的人看见他都笑破了肚皮，还以为你杰克大叔是个疯子呢！

” 爱因斯坦听罢，忍不住和父亲一起大笑起来。

父亲笑完后，郑重地对他说：“孩子，你知道吗？”

我给你讲这些，其实是想提醒你一下，无论任何人，都不能做你的镜子，只有自己才是自己的镜子。

拿别人做镜子，即便是白痴都有可能把自己照成天才的。

”

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>