

## <<心理学与你的生活>>

### 图书基本信息

书名：<<心理学与你的生活>>

13位ISBN编号：9787801879998

10位ISBN编号：7801879996

出版时间：2006

出版时间：新世界出版社

作者：牧之 编著,张震 编著

页数：471

字数：600000

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>

## <<心理学与你的生活>>

### 内容概要

在过去的2500年中，人类渴望揭开广大而幽眇的心理世界的面纱。

人性恶？

人性善？

思想来自何方？

人类拥有自由意识吗？

人类是独一无二的吗？

凡此种种，都是人类希望了解的。

何谓美？

何谓丑？

幸福来自何方？

你我能够主宰自己的生活吗？

所有的疑问，都困扰着现实中的人们。

什么是强大？

什么是弱小？

力量来自何方？

平凡的人可以改变自己的命运和生活吗？

一切的一切，都可以在自己的内心找到答案。

本书作为一本心理学的普及读物，运用通俗、简练的语言，结合大量的实例，从现实生活的各个方面——身体健康、饮食、美容、爱情、婚姻、家庭、学习、人际交往、压力、性、梦境、性别、性格、情绪、记忆、思维、管理等多个角度介绍了心理学知识，指出常见的生活困惑并提供心理方面的防治建议，然后总结性地阐述了现代人的常见的不良心理、心理障碍及其防治策略，最后还介绍了心理咨询的基本知识，实在是一本难得的生活心理学好书。

真诚盼望这本书能给每一个人幸福美满的人生！

## <<心理学与你的生活>>

### 书籍目录

卷首语第一章 生活中的心理学第二章 为自己的心理状况把脉第三章 身体健康与心理第四章 饮食中的心理学第五章 美容中的心理学第六章 从心理学看爱情第七章 婚姻中的心理学第八章 家庭中的心理学第九章 中小学生学习成绩与心理第十章 人际交往中的心理学第十一章 压力与心理第十二章 性与心理第十三章 梦境与心理第十四章 性别与心理第十五章 性格与心理第十六章 情绪与心理第十七章 记忆与心理第十八章 思维与心理第十九章 经营管理与心理第二十章 现代人常见不良心理及其调适第二十一章 常见心理障碍与治疗第二十二章 了解心理咨询参考文献

## <<心理学与你的生活>>

### 章节摘录

2.性期待心理 云霞是一位中学老师，丈夫郑东为某公司经理，两人均为知青，婚后自然是形影不离。

身居官位的郑东出差频繁。

每每丈夫归来，云霞总是按时到车站迎接。

可是这回，云霞连续三次都未见丈夫的踪影。

这天，她洗漱完毕刚要上床休息，丈夫突然回来了。

郑东满面笑容要和妻子亲热，云霞却将他推开了：“我还以为你死在外边了呢。”

郑东闻听此言后大惑不解。

其实，这是云霞的性期待心理的发泄。

性心理因素很大程度上决定着女性性欲唤起和性反应周期的变化。

调查发现，每天和丈夫同床而卧的妻子，性要求比分居或间断分床情况下弱；丈夫经常出差而又归期不规律时，妻子性反应周期变化大，除受体内性激素周期变化影响外，主要受性期待心理的影响制约。

很多女性的性亢进是由性期待心理引起。

当丈夫不能满足其性要求时，她们往往会失眠、不安、易激惹、好发脾气或抑郁，久之还可能导致性冷淡。

为了拥有和谐美满的性生活，夫妻应注意以下几点：“距离产生美”，双方不妨间断分床而卧或偶尔小别几日，以便培养和调动妻子的性期待心理；丈夫应注意观察妻子的性周期变化，发现妻子有性要求时，应尽量满足；出差频繁的丈夫应尽量返家有规律，而且在妻子性周期内最好不要外出；妻子由于性期待心理而发脾气时，丈夫要忍让，千万不要针锋相对。

3.性厌倦心理 小娟是一位护士，丈夫汪洋是某公司供销科长。

夫妻俩难得在周日团聚。

一个星期天，恰巧夫妻双双休息。

他们决定带孩子去逛逛公园。

刚要出门，丈夫的顶头上司来访商谈业务。

小娟只好作陪，端茶倒水、烧菜做饭……晚上上床后，丈夫要求做爱时，小娟将丈夫推向一边，并没好气地说：“我没有那个闲心！”

## <<心理学与你的生活>>

### 编辑推荐

2006年度全国优秀畅销书。

各种生活困惑的心理应对策略 每个人在生活中都离不开心理学，都需要心理学的知识和帮助

。

心理学是一门和个人幸福最密切的学问，它存在于每个人的生活当中。

《心理学与你的生活（第2版）》通过剖析日常的行为和心理来阐述现代心理学知识，解答人们经常遇到的各种心理问题。

帮助大家改善人际关系，增加吸引力，获得他人的好感，使你的工作一帆风顺、生活多姿多彩，直至成功的顶峰。

<<心理学与你的生活>>

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>