

<<最神奇的心理学智慧合集>>

图书基本信息

书名：<<最神奇的心理学智慧合集>>

13位ISBN编号：9787121173400

10位ISBN编号：7121173409

出版时间：2012-6

出版时间：电子工业出版社

作者：杜润瑶

页数：380

字数：615000

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>

## <<最神奇的心理学智慧合集>>

### 前言

现代社会竞争激烈，人们承受着工作、爱情、婚姻、人际等方方面面的压力。这些压力无处不在，而人又不是无心的钢铁之躯，人有情感，有喜怒哀乐，所以就会产生一些情绪上的波动。

这些波动一旦产生，如果没有得到良好的宣泄和排解，就会使人产生心理问题，甚至造成严重的精神疾病，如抑郁症、精神分裂症等，损害人的健康，危及人的生命。

《最神奇的心理学智慧合集》就是针对大众的这种诉求，着眼于心理问题的发现和解决，总结一系列与心理学相关的定律和法则，为大家提供认识心理问题的渠道、解决问题的具体措施和方法，以舒缓人们的紧张、烦躁和焦虑，起到心理治疗的作用，使大家走出灰暗的心理，积极乐观地面对未来的挑战，赢得人生的精彩，享受生活的乐趣。

同市场上同类心理学书籍相比较，本书的创新度较高，主要表现在以下三个方面。

首先，创新在于角度的全面性。

全书分为22章，分别从自我、成功、情绪、幸福、交际、方法、立志、职场、管理、竞争、教育、情感、生活、投资、营销等角度切入读者的需求，几乎囊括心理学的所有方面，可以满足上至老人、下至孩童的最广大的读者群了解心理学智慧的强烈愿望，同时适合现代生活的特点。

其次，创新在于内容的精华性。

本书对心理学智慧的相关定律和效应进行了多角度的提炼，把经典的案例、精辟的论述、实用的措施全部呈献给读者，在新的思路和体系下解读最神奇的心理学智慧。

最后，创新在于体例的明了性。

本书在小节的具体写作上，采用了心理事例和论述相结合的方式，分为四个板块——神奇定律、神奇魔力镜子、神奇魔法锦囊、神奇魔法链接。

其中，第一板块是定律的提炼，第二板块是现象的展现，第三板块是现象的深层次解读并给出事务性的建议和具体解决措施，第四板块是相关的心理测试、定律引申。

这样定律、现象、分析和解决方法以及相关知识相结合的写作模式，层次清楚，让读者一目了然，既清楚认识到问题的具体形态，又能获取解决的方法，很适合当下读者的快节奏汲取知识的阅读习惯，并带给读者良好的阅读感受。

## <<最神奇的心理学智慧合集>>

### 内容概要

本书通过对各种现实生活中存在的心理问题的发现、解决，揭示心理学中的各种定律和法则，使读者对心理学有一种大纲式的认识，也给处于现代生活的人们提供一些心理自愈的方法和技巧。

本书与市场同类书籍相比，有一些与众不同之处，分别是。

第一，角度非常全面，几乎囊括心理学的所有方面，包括成功、情绪、幸福、职场、管理、竞争、教育、情感，等等；第二，内容清晰凝练，同时还分有板块，思路观点一目了然；第三，语言风格清新有趣，集知识性与趣味性为一体，非常具有阅读性。

## <<最神奇的心理学智慧合集>>

### 作者简介

杜润瑶，河北人，文笔犀利通畅，风格凝练简洁，对心理学知识有深入研究；同时，还曾经参与过《论语管理日志》等书的策划和编写。

<<最神奇的心理智慧合集>>

书籍目录

- 第一章 自我：从“心”开始，体验奇妙的自我世界
  - 第一节 晕轮效应：人人心中都有一顶“光环”
  - 第二节 控制错觉定律：我们能不“自信地犯错”吗
  - 第三节 皮尔斯定理：意识到无知，是知道的开始
  - 第四节 不值得定律：不一样的心态，不一样的选择
  - 第五节 权威效应：掀开“机长综合征”的心理学面纱
  - 第六节 跳蚤效应：用心唱响人生：“我要飞得更高”
- 第二章 成功：掌握“心法”才是真正的“方法”
  - 第一节 王安论断：懂得当机立断的人才能不与机遇失之交臂
  - 第二节 韦特莱法则：没有超人之想，何谈超人之举
  - 第三节 洛克定律：确定的目标要“跳一跳，够得着”
  - 第四节 相关定律：条条大路通罗马，万事万物有联系
  - 第五节 基利定理：坦然面对失败才能成功
  - 第六节 布里斯定理：事前想清楚，事中不磨工
  - 第七节 吉格勒定理：起点高才能攀上高峰
  - 第八节 奥卡姆剃刀定律：踢掉复杂，把握关键
  - 第九节 木桶定律：克服人性“短板”，扫除成事暗礁
  - 第十节 艾森豪威尔法则：做事分主次，才能见成效
  - 第十一节 酝酿效应：顿悟，解决难题的金钥匙
- 第三章 情绪：心情，让一切皆有可能
  - 第一节 情绪定律：打破情绪魔咒，把命运掌握在自己手中
  - 第二节 情感宣泄定律：情感，需要一个畅通宣泄的渠道
  - 第三节 禁果效应：巧妙播种“禁果”，收获甜蜜人生
  - 第四节 情绪转移定律：积极调整情绪，治愈坏情绪那场心灵的“流感”
  - 第五节 心理摆效应：守住理智，让心不再摇摆
- 第四章 交际：交“人”重在交“心”
  - 第一节 古德曼定律：有了沉默，也许下一步就是沟通
  - 第二节 首因效应：全力打造成功的第一印象
  - 第三节 登门槛效应：精心计划，稳稳迈过对方兴趣及心情的“门槛”
  - 第四节 投射效应：解开“以小人之心，度君子之腹”的心结
  - 第五节 自我暴露定律：适当的自我暴露，让你的人际更加亲密
  - 第六节 刺猬法则：与人相处，要保持适当距离
  - 第七节 互惠定律：打通自私的关节，让给予和索取形成良性循环
  - 第八节 换位思考定律：己所不欲，勿施于人
  - 第九节 需求定律：以退为进，欲取先予
  - 第十节 刻板效应：别让刻板给你的人脉戴上有色眼镜
- 第五章 方法：找到了心门，路就会短
  - 第一节 横山法则：从“要我做”到“我要做”
  - 第二节 表率效应：身教胜于言教，领导要以身作则
  - 第三节 吉尔伯特定律：士为知己者死，女为悦己者容
  - 第四节 参与定律：参与是成功的前奏
  - 第五节 儒佛尔定律：有效预测，成就霸业
  - 第六节 费斯法则：步步为营，切莫怜新弃旧
  - 第七节 卡贝定律：放弃是一把另辟蹊径的创新钥匙
  - 第八节 罗杰斯论断：未雨绸缪，在实践探索中提升预见力

<<最神奇的心理智慧合集>>

第六章 立志：成功要从“心”开始

第一节 瓦拉赫效应：成功就要懂得承认缺憾并经营自己的长处

第二节 手表定律：一个明确的目标，指引奔跑的方向

第三节 心理暗示定律：积极的心理暗示，成就理想中的自

第四节 墨菲定律：不存侥幸心理，学会与错误共生

第五节 马蝇效应：背点压力，跑得更快

第七章 职场：心灯有多闪亮，职场舞台就有多辉煌

第一节 鱼缸法则：谨言慎行，稳做职场透明人

第二节 路径依赖法则：成功职场，要勇于打破“路径依赖”

第三节 蘑菇定律：职场新人，以智慧突破“蘑菇”境遇

第四节 鲁尼恩定律：气怕盛心怕满，要戒骄戒躁做笑到最后的大赢家

第五节 自信心定律：点亮心中的自信明灯，做职场冠军

第六节 趋同定律：爱好着老板的爱好

第七节 青蛙法则：带着危机前行，你的职场光芒永不退色

第八节 要事第一定律：要事优先，效率第一

第九节 鸟笼效应：埋头苦干，远离让人欲罢不能的“鸟笼”

第十节 链状效应：潜伏在职场，想叹气时请微笑

第十一节 反馈效应：你的沉默，会让老板揪心

第十三节 拆屋效应：勇于担当，完成不可能完成的任务

第八章 管理：洞悉内心，卓越管理的金钥匙

第一节 破窗效应：一流管理，不可忽视“小问题”

第二节 80/20法则：找到“关键”中的“关键”

第三节 华盛顿合作定律：合作，要让1+1大于2

第四节 彼得原理：职位晋升不是爬不完的梯子

第五节 酒与污水定律：莫让“一条鱼坏了满锅汤”

第六节 雷尼尔效应：用温情留住你的员工

第七节 赫勒法则：有效监督是前进的助推器

第八节 帕金森定律：做一流上司，造就超一流下属

第九章 竞争：竞争与冲突下，心机决定结果

第一节 零和游戏定律：大家好你才能更好

第二节 波特法则：独一无二的定位成就独一无二的成功

第三节 权变理论：以变应变，才能赢得真精彩

第四节 达维多定律：及时创新，“不走寻常路”

第五节 枪手博弈：适者才有生存的权利

第六节 乔治定理：杰出的团队来源于顺畅的沟通

第七节 奥格威法则：善用牛人，成就事业

第八节 苛希纳定律：用人之妙在精，不在多

第九节 南风法则：管理，温暖远胜严寒

第十节 史密斯原则：在竞争中前行，在合作中双赢

第十章 教育：教出好孩子，重在天下父母“心”

第一节 热炉法则：玉不琢不成器，适度惩罚是孩子进步的阶梯

第二节 期望定律：每个孩子都可能是下一个“爱因斯坦”

第三节 超限效应：别让过度表扬“甜”倒孩子

第四节 蔡加尼克效应：调动孩子热情，让孩子念念不忘

第五节 心理疲劳定律：注意！

孩子的心会累

第六节 动机适度定律：“减压”比“玩命学习”更重要

<<最神奇的心理智慧合集>>

- 第七节 厚脸皮定律：再小的孩子也有权利获得他人的尊重
- 第八节 跨栏定律：不经历挫折，怎能见彩虹
- 第九节 情绪判断优先原则：先处理情绪，后处理事情
- 第十节 角色效应：孩子，应扮演他独有的角色
- 第十一节 詹森效应：教会孩子用平常心消融紧张
- 第十一章 恋爱：恋爱能否长久，心知道答案
- 第一节 皮格玛利翁效应：爱的“皮格马利翁效应”，你懂吗
- 第二节 吸引力法则：爱情，吸引力在召唤
- 第三节 爱情里的麦穗理论：适合自己的就是最好的
- 第四节 冷热水效应：恋爱攻防之进退有度喜获邀约
- 第五节 虚入效应：爱就要不顾一切地“乘需而入”
- 第六节 出丑效应：宅男宅女，宅在家的爱情
- 第七节 非理性定律：千万别做有恋人程序设定的“杀毒软件”
- 第八节 布里丹毛驴效应：爱情切勿优柔寡断
- 第九节 钥匙理论：真心交往才会有心的共鸣
- 第十节 相悦定律：喜欢是一个可逆的过程
- 第十一节 互补定律：互补，让我们彼此吸引
- 第十二章 情感：用心叩开情感世界的奇异之门
- 第一节 曝光效应：恰当“曝光”，拉近彼此关系
- 第二节 柯立芝效应：男人花心，本性使然
- 第三节 完美主义心理：为什么找个靠谱的男人那么难
- 第四节 潘金莲效应：丈夫出轨，都是“小三”惹的祸
- 第五节 奥赛罗效应：爱她，就让她走
- 第六节 视觉定律：女人远看才美，男人近看才懂
- 第七节 马斯洛需要层次理论：千万别把爱降级为最低需求
- 第八节 异性效应：蓝颜知己：男女之间不可或缺的第四类感情
- 第九节 增减效应：适度“增减”，让你赢得持久好感
- 第十节 瀑布心理效应：夫妻吵架，聪明女人不会这样说
- 第十三章 生活：叩开心门，幸福其实并不难
- 第一节 罗伯特定理：走出消极旋涡，不要成为自己的俘虏
- 第二节 警惕“配套效应”，别让无谓的“睡袍”左右你的幸福
- 第三节 古特雷定理：希望，使一切皆有可能
- 第四节 迪斯忠告：能活在当下是我们最重要的诉求
- 第五节 贝勃定律：珍惜的越多，真正拥有的也就越多
- 第六节 调味品效应：用浪漫来调剂生活
- 第七节 杜利奥定律：拥着热情跑进“快乐的城堡”
- 第八节 幸福递减定律：唯有知足方能笑口常开
- 第九节 因果定律：“种”下幸福，收获快乐
- 第十节 史华兹论断：脱掉“幸福”“不幸”的外衣
- 第十四章 投资：从“心”开始，体验奇妙的自我世界
- 第一节 多米诺骨牌效应：莫让一次失败套走你所有积蓄
- 第二节 马太效应：想方设法让自己越来越富
- 第三节 鳄鱼法则：放弃也是一种选择
- 第四节 羊群效应：赢在自己，做特立独行的投资客
- 第十五章 营销：赢取“卖”与“买”的心理双赢
- 第一节 蝴蝶效应：用“微小”的改变成就你的高收益
- 第二节 250定律：顾客就是上帝

<<最神奇的心理学智慧合集>>

第三节 凡勃伦效应：善于炒作，但不流于炒作

第四节 沉锚效应：弄清“沉锚效应”，让对方为你加价

第五节 名人效应：借名人之力扩大商品的知名度

第十六章 价值：“值不值”与“贵不贵”的心理较量

第一节 钻石与水悖论：商品价值取决于其稀缺程度

第二节 替代效应：“稀缺”才能“稀罕”

第三节 供需定律：玩转短缺与过剩的跷跷板

第四节 偏好理论：别样的偏好

## <<最神奇的心理智慧合集>>

### 章节摘录

版权页：插图：那么，究竟哪些事值得做呢？

通常，这要取决于三个因素。

第一，价值观。

一般来说，只有符合我们价值观的事，我们才会满怀热情地去做。

第二，现实的处境。

同样一份工作，在不同的处境下去做，给我们的感受也是不同的。

例如，在一家大公司，如果你最初做的是打杂跑腿的工作，你很可能认为是不值得的。

可是，一旦你被提升为领班或部门经理，你就不会这样认为了。

第三，个性和气质。

例如，在企业中，让成就欲较强的员工单独或牵头完成具有一定风险和难度的工作，并在其完成时给予及时的肯定和赞扬；让依附欲较强的员工更多地参加到某个团体中共同工作；让权力欲较强的员工担任一个与之能力相适应的主管。

同时要加强对企业目标的认同感，让员工感觉到自己所做的工作是值得的，这样才能激发员工的热情。

明白了这个道理，做事或做选择时，我们就要理性地对待内心的“值得”与“不值得”。

在众多选择中，要认清哪些事情是最重要的、值得做的，然后竭尽全力，把这些值得做的事情做好；反之，对于那些没有意义、不值得做的事情，干脆不要做。

（神奇魔法链接）选择你所爱的，爱你所选择的一对新人从热恋走向了结婚殿堂。

妻子的母亲写了一副对联送给女儿作为结婚礼物。

随后，妻子把这副对联收到抽屉里，渐渐地淡忘。

婚后，小两口的日子过得非常平淡，时不时地还会为一些鸡毛蒜皮的小事吵吵闹闹。

妻子开始觉得：与丈夫之间既没有了感情，也没有了激情。

就在她想向丈夫提出离婚时，不幸降临了，丈夫得了胃癌，发现时已近晚期。

医生说，最后的一线希望就是手术，但手术成功的可能性极小。

得知这种情况，绝望的丈夫坚决拒绝手术，他说他不想在临死的时候再挨上一刀。

突然有一天，妻子在翻抽屉找东西时发现了一个纸卷，打开一看，竟是已经过世的母亲在她新婚时写给她的那副对联。

她慢慢展开对联，只见上联写：“婚前，选择你所爱的”，下联为：“婚后，爱你所选择的”。

读罢，妻子立即陷入对往事的追忆之中……的确，当年因为爱而选择了他，可结婚至今，自己又何曾对他表示过什么？

如今，他已身患危重之症，而一旦他离开这个世界，就意味着自己将永远不再有机会表达对他的爱。

想到这儿，妻子不顾一切冲出家门，来到了丈夫身边，紧紧握住丈夫的手，含着眼泪，万般心痛地说道：“我希望你能接受手术治疗！

我需要你！

我不能没有你……”婚后这么多年，丈夫从未听到妻子对自己说过如此深挚的话，也从未感到妻子会这样需要他、离不开他。

一时间，丈夫百感交集，求生的欲望立时充满了整个身心。

那一刻，他十分坚决地抱定了一个信念：我得活下去！

两个人紧紧地拥抱在了一起，禁不住泪雨滂沱。

<<最神奇的心理学智慧合集>>

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>