

<<第五层次开发>>

图书基本信息

书名：<<第五层次开发>>

13位ISBN编号：9787303137060

10位ISBN编号：7303137068

出版时间：2012-2

出版时间：北京师范大学出版社

作者：黄亨煜

页数：271

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>

## <<第五层次开发>>

### 内容概要

积极心理学于20世纪末在美国兴起，是心理学的一个崭新领域。它倡导把研究重点从“心理问题”转向“人的积极力量”，目前一场“积极心理学浪潮”正在席卷全球。

黄亨煜编著的《第五层次开发——积极心理学在管理实践中的应用》将积极心理学与认知心理学的研究成果与我国的人力资源管理实践相结合，从“心态管理”与“潜能开发”两个角度提出了人人都存在的“认知盲点”，揭示了心态调控的实质在于“集注点的调整”，并通过对“人脑的工作机制”的剖析，揭示了开发我们潜能、提高工作效能、增强自身人格魅力的可操作方法。

《第五层次开发——积极心理学在管理实践中的应用》为国内资深管理培训师所著，强调实践性、应用性与可操作性。

作为应用心理学专著，本书深入浅出，通俗易懂，将心理学原理与哲理故事紧密结合，具有很强的可读性，是广大心理学爱好者学习心理学的入门教材。

《第五层次开发——积极心理学在管理实践中的应用》可作为组织机构内的团队学习的培训教材。集体学习同时相互讨论，能达到改善组织氛围，和睦人际关系，提高团队效能。

## <<第五层次开发>>

### 作者简介

国内人力资源实务操作培训创始人之一，北京师范大学心理学博士，知名人力资源专家，美国阿拉莫公司在华首席培训师，国家人力资源和社会保障部核心能力标准专家委员会专家委员、原国家人事部中国人事科学研究院研究员、现任北京西三角人事技术研究所所长、研究员。2003年被《财智》杂志和香港人力资源协会评为“国内十大杰出管理培训师”。曾为中欧工商管理学院、北大光华管理学院、清华大学继续教育学院、中共中央党校副部级干部培训班、中山大学MBA班、EMBA班多次授课，多次接受中央电视台、北京电视台及全国各大媒体采访。

1993年出版专著《成才艺术》，合著《人才资源学导论》、《当代中国人才问题》。1995年正式推出独创的“第五层次开发”培训课程。该课程曾为联想集团、方正技术研究院、科蒂斯仪器(中国)、四通松下、北京资生堂、沈阳山之内、上海外运等数百家知名企业成功地做过管理层内训，培训过的学员达万人之多。

## &lt;&lt;第五层次开发&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一部分 “第五层次开发”课程概要
  - 第一章 “第五层次开发”及其意义
    - 第一节 五个层次培训深度的划分
    - 第二节 课程产生的国际国内背景
    - 第三节 “第五层次开发”课程的内容与学习效能和特点
- 第二部分 斯格托玛(Scotoma)
  - 第二章 你的脑袋长在谁的肩膀上
    - 第一节 控制点及其外延
    - 第二节 把脑袋长在自己的肩膀上
    - 第三节 测一测你的控制点
  - 第三章 我们的“信条”也许有错
    - 第一节 “信条”决定行为
    - 第二节 “信条”是如何产生的
    - 第三节 我们的“信条”可能有错
    - 第四节 知觉的错觉与“认知盲点”
  - 第四章 认知心理学——集注与排斥
    - 第一节 集注与排斥的内涵
    - 第二节 心态调控技巧
    - 第三节 消除集注或排斥的负面性
- 第三部分 大脑的工作机制
  - 第五章 阻碍你成功的心理因素是什么
    - 第一节 我们有很大的潜能尚未发挥
    - 第二节 什么因素阻碍了你的成功
    - 第三节 团队EQ与团队成功
  - 第六章 大脑是怎样选取信息的
    - 第一节 感知雷达系统
    - 第二节 “感知雷达系统”的应用
    - 第三节 信息是如何具体进入大脑的
  - 第七章 大脑的工作机制
    - 第一节 自我意象的内涵
    - 第二节 成功机制与失败机制
    - 第三节 自我意象与人格魅力
    - 第四节 信息在大脑内是怎样运转的
- 第四部分 改写大脑内原有的软件
  - 第八章 习惯模式的改变与行为创新
    - 第一节 为什么要打破旧习惯
    - 第二节 打破我们的舒适区
    - 第三节 成功人士的七大习惯
  - 第九章 内心动力的获得与保持
    - 第一节 内心动力的获得
    - 第二节 抓住内心的冲动力
    - 第三节 如何保持内心的动力
  - 第十章 如何改写大脑内的软件
    - 第一节 潜能开发的“万能”公式
    - 第二节 重新编写大脑内的“程序”

<<第五层次开发>>

第三节 自我谈话与软件改写

第十一章 坚持修炼：从个人扩展到团队

第一节 实践中的拉力与阻力

第二节 坚持修炼——每天与自己约会

第三节 燃烧自己，影响别人

书评 开发大脑潜能助你辉煌人生

附录一 十种失真思维方式导致消极的自我谈话

附录二 “第五层次开发”培训课程学员体会选

参考书目

后记

## <<第五层次开发>>

### 编辑推荐

《第五层次开发——积极心理学在管理实践中的应用》为国内资深管理培训师（黄亨煜）所著，本书分四部分十一章节，内容包括“第五层次开发”及其意义、你的脑袋长在谁的肩膀上、我们的“信条”也许有错、认知心理学——集注与排斥、阻碍你成功的心理因素是什么等。本书可作为组织机构内的团队学习的培训教材。

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>