第一图书网, tushu007.com

# <<天天都要好心情>>

## 图书基本信息

书名：<<天天都要好心情>>

13位ISBN编号：9787504363466

10位ISBN编号：7504363464

出版时间：2011-1

出版时间：中国广播电视出版社

作者：池晓宏

页数：194

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

## 内容概要

本书轻松幽默，作者从专业背景出发，以普通人最关心、最常见的话题为主要线索，结合自己的专业经验，将最新的幸福心理学知识用于日常生活，帮人们分析烦恼，排解焦虑，从而提高心理素质，建立良好心态，感受幸福生活。

## 作者简介

池晓宏，67年生，福建省首批国家注册心理咨询师。
现为省一级高中专职心理健康教师、国家“十一五”重点课题《中国学校心理健康教育行动研究》子课题实验指导组负责人。
著有《家家都有好孩子》、《人人都是好父母》。

# <<天天都要好心情>>

## 书籍目录

一、有些事情，要多做　信不信由己　拍拍自己的马屁　活到老。
“玩”到老　做自己的伯乐　给家增添色香味　分期享受你的快乐　养成快乐的好习惯　利用自己现有的习惯二、有些事情，最好别做　算命　死要面子　跟自己过不去　吃力不讨好　左顾右盼　看透社会　杞人忧天　三天打鱼，两天晒网三、有些问题，最好不必太明白　何必再活五百年?　吃了亏，怎么办?　1+1=?新解　爱有多深?　嫁得好与干得好　偶像的细节　谁对?谁错?　你的?我的!四、有些问题，最好多想明白　我能干什么?　另一半　我算老几?　你拥有什么?　神仙的日子　成功的理由　缘分如何不错过?五、有些本领，最好要学会六、有些东西，可要可不要

## 章节摘录

版权页：一、有些事情，要多做信不信由己有一个笑话，说有户人家花了大钱安装了高级防盗门，其对门的那户人家却只是普通的木门。
不久，有防盗门的那户人家被撬被盗了，而对面那户人家却安然无恙。
只见木门上别了一张纸条，一看就是小偷写的——“ 你信任我，我也信任你。
”对外，信是信任和诚信。
人与人之间非常需要互相信任，彼此诚信，这样大家才能活得轻松、愉快。
可是如今城市里家家几乎都有防盗门、防盗栏。
因为社会上，被忽悠、被拐卖，甚至被暗害的事例多了，搞得人心惶惶。
连研究生都被拐卖，以至于孩子们从小就受到谆谆教诲——“ 不要和陌生人说话 ”。
上海有个调查发现，上海居民只有不到2%的受访者表示会让陌生人进家门。
从小，孩子们被告诫陌生人是“ 大灰狼 ”。
女儿曾经向我传达过她的同学们的忠告，叫我出差开会一定要小心，比如不要在火车站附近上厕所。
说“ 如果有个女人推着小车进了卫生间，别以为她是清洁工，小心她把你敲晕了，然后放在车底下运出去，再找个隐蔽处把你的肾啊、心脏啊什么的取走! ”说得我当时浑身起鸡皮疙瘩。
连十几岁的孩子都把社会想得这么复杂、这么可怕，可见互不信任，互相提防的风气正在日渐蔓延。
如今甚至连夫妻之间、亲子之间都流行签约，宁可相信一张纸，也不敢相信最亲的人。

## 媒体关注与评论

如果你简单，这个世界就对你简单。
——易中天世界上的大事都是急事慢做的。
——俞敏洪

## 编辑推荐

《天天都要好心情:大众心灵健美操》：点亮智慧人生 开启幸福生活听心理教师讲故事，享受快乐好心情。

第一图书网, tushu007.com



## 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