

<<一生中的99个心理策略>>

图书基本信息

书名：<<一生中的99个心理策略>>

13位ISBN编号：9787506457064

10位ISBN编号：7506457067

出版时间：2009-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：李志敏

页数：259

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>

<<一生中的99个心理策略>>

内容概要

这是一本从心理学的角度解读日常生活和工作中常见问题的书。

心理学与生活息息相关，无论是日常交往，还是职场沟通，心理学的知识都能对我们提供有益的帮助。

如果我们能轻松地理解对方的心理，就可以实现完美的交际；如果我们能轻松调控自己的心理情绪，就能使自己积极、乐观地对待所有问题。

学好心理学可以让自己在社交、管理等诸多方面占尽优势，游刃有余。

本书的目的是让你掌握一系列可以立刻派上用场的心理学知识和策略；本书通俗易懂，贴近生活，从最现实常见的案例出发，教你学会为人处世的艺术。

<<一生中的99个心理策略>>

书籍目录

第一部分 认识内心：驾驭自我的心理策略 一、心态决定命运 既然事情已经过去，就不要为打翻的牛奶哭泣 宽容是告别“心苦”的最佳处方 顺应自然，知足常乐 成就来自于一心一意的专注 二、关注别人眼中的自己 看轻自己，才能轻装前行 让自己总有被需要感，让他人永远依赖你 争取表现机会，让更多的人知道自己 三、演好自己的角色 活出真实的自我，做自己想做的事 你不能控制他人，但你可以掌握自己 不要企望自己的心灵深处永远完美 四、发现心灵深处的自我 认识“自我”比认识客观现实更难 能够认识自我的人是高明的 明智者当明察自己的不足 避免“巴纳姆效应”，客观真实地认识自己 五、永远相信自己 自信是给对方的定心丸，一定要把自信传给别人 完全相信自己的人，才会成功 提高自己的期望值，因为人生永远都有希望 自信是需要长期坚持的一种生活习惯 六、重视心灵的体验 可怕的不是事业失意，而是心灵失控 让忙碌充实你的空虚心理 让“紧张”慢慢“放轻松” 七、性格系统中的“木桶效应” 性格不是简单的1+1运算 弄通性格复杂性的成因很有必要 一定要换掉那块短板 八、发挥优势胜于弥补不足 挖掘并炒作自己的优势 人生的诀窍是经营自己的长处 发现自己的长处，肯定自己的能力第二部分 掌控对方：人际交往中的心理策略第三部分 读懂人心：看清别人的心理策略参考文献

<<一生中的99个心理策略>>

章节摘录

心态决定命运 工作与生活永远是变化无常的，我们每天都可能面临改变和挑战，有些人面对这种状况便意志开始崩溃、思绪开始不宁，渐渐他们迷失自己，漠视自己的能力，遇到小小失败就不再前进。

人之所以会这样，正是由于没有一个好的心态。

面对同样一件事，你可以欢乐满天，也可以忧愁满地，这完全取决于你的心态。

既然事情已经过去，就不要为打翻的牛奶哭啼 每个人都有怀旧的心理，即使嘴里高喊着向前看，眼睛还是会不由自主地瞄向已经过去的日子。

绝大多数人对新事物的接受会表现出一种羞羞答答的心态，直到新事物不再新鲜，再用一种怀旧的或恍然大悟的口吻来评说。

客观地分析，向后看既是对过去的留恋，也是对现实的迷惘和不满。

在纽约市一所中学任教的保罗博士曾给他的学生上过一堂难忘的课。

这个班多数学生为过去的的成绩感到不安。

他们总是在交完考卷后充满了忧虑，担心自己不及格，以致影响了下阶段的学习。

.....

<<一生中的99个心理策略>>

编辑推荐

《一生中的99个心理策略》:人际交往中,心理状态、心理反应往往决定一个人的行为方式。研究心理问题,善于运用必要的心理策略会让你看人看得更清楚,做事做得更正确。

驾驭自我的心理策略世界上最可怕的人不是敌人,而是你自己。

在生活中,有一个人最需要你的支持、鼓励和理解,这个人就是你自己。

因此,认识自我,了解自我,是一件非常重要的事情。

人际交往中的心理策略 在现实社会中,我们要想获得生活和事业的成功,就要学会与人打交道,处理好各种各样的人际关系。

因为只有人际关系理顺了,我们才能获得更多的支持和帮助,才能远离各种可能发生的纷争。

要想拥有良好的人际关系,就需要掌握交际中的心理策略,按照他人喜欢的方式与其交往。

看清别人的心理策略 俗话说,“人心隔肚皮”。

我们要想掌控对方,并不是一件容易的事情。

但是,人的想法会不经意地通过一些外在的行为表现出来,从而被他人觉察到。

因此,我们能够从一个人的外在表现,轻而易举地识别对方,深入细致地了解他人的内心世界。

<<一生中的99个心理策略>>

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>