

<<20几岁一定要懂点心理学>>

图书基本信息

书名：<<20几岁一定要懂点心理学>>

13位ISBN编号：9787506473453

10位ISBN编号：7506473453

出版时间：2011-5

出版时间：中国纺织出版社

作者：晓鹏，张浩 编著

页数：255

字数：251000

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>

<<20几岁一定要懂点心理学>>

内容概要

人人都有心理方面的疑问，所以无论你是谁，无论你从事何种职业，都要了解一点心理学的知识。本书从心理学的角度，运用各种心理学原理，结合实际生活案例，对我们在生活、工作、社交中可能遇到的问题进行了详尽的解释，并提供了最为简洁、有效的解决方案，旨在帮助大家更好地主宰自己的命运，进而充实、幸福地过好每一天。

<<20几岁一定要懂点心理学>>

作者简介

晓鹏，知名心理咨询师，一直致力于，心理学的学习研究，多有自己独到的见解，在捕捉生活缩影的同时，并将其转化为指尖的文字，著有畅销书《读心术——人际关系中的心理策略》等。

<<20几岁一定要懂点心理学>>

书籍目录

第一章 心理学常识——帮你寻找未知的自己

人格的结构：本我、自我、超我

性格类型：塑造属于你的个性

确立自尊：自尊=成功 / 抱负

社会角色：演好自身的角色

瓦拉赫效应：发挥自己的优势

依赖症：究竟离你有多远

进食障碍：从心理上找原因

洁癖症：太爱干净不是好事

自闭症：封闭的心窗如何开启

焦虑症：是什么让你不快乐

恋物癖：难以抵挡的尴尬诱惑

第二章 趣味心理学——看穿现象背后的动机

潜意识心理：人为什么会做梦

第六感觉：有的人为什么可以预见未来

被需要心理：为什么被需要是一种幸福

逃避心理：为什么人在乘电梯时喜欢向上看

边缘系统：为什么说脏话让我们心里更痛快

私人空间：为什么大家都喜欢坐靠边的座椅

心理补偿：为何在外受气的人喜欢在家里耍横

责任扩散：困难面前，为何多数人都袖手旁观

巴纳姆效应：为什么现代人大都相信心理测试

没个性化：为什么看演唱会时会跟着大声唱歌

色彩心理：为什么蓝色汽车发生事故的率最高

第三章 情绪心理学——今天你可以很快乐

情商指数：决定着你的幸福指数

海格力斯效应：你的肩上是否扛着“仇恨袋”

杜利奥定律：生活就要充满热情

刚柔定律：拿得起，更要放得下

气球定律：气大伤身，聪明的你不生气

压力阀效应：把自己从紧张情绪中解救出来

踢猫效应：别成为坏情绪的传递者

霍桑效应：适度发泄，然后轻装上阵

第四章 社交心理学——好人缘让你事半功倍

邻里效应：交往越多越亲密

跷跷板定律：交友要遵循互惠原则

冷热水效应：交际中制胜的法宝

首因效应：第一印象很重要

曝光效应：朋友之间要经常走动

竞争优势效应：学会合作是交际之道

投射效应：交友时不要“以己论人”

比林定律：学会说“不”是一种智慧

人际关系定律：先倾听，后诉说

第五章 婚恋心理学——点破情场中的迷津

第六章 管理心理学——让管理走向智慧

<<20几岁一定要懂点心理学>>

第七章 职场心理学——高效能人是怎样炼成的

第八章 财富心理学——构建真正的富足人生

第九章 销售心理学——瞬间抓住客户的心

第十章 成功心理学——做有准备的成功者

后记：心理学，一门带给你幸福的材料

主要参考书目

<<20几岁一定要懂点心理学>>

章节摘录

事实上，陈友亮是个堂堂正正的七尺男儿，而不是一介懦夫，否则身为局长的老丈人也不可能一眼就看上他做自己的姑爷。

而他必须忍耐，因为自己的岳父有恩于自己，他曾经许诺要好好地照顾他的女儿一生一世。他是男人，不能出尔反尔。

可是，人是感性的动物，这样的婚姻生活，让陈友亮感受不到任何家的温情。结婚5年了，老婆从没有给自己洗过一件衣服，做过一顿饭，就连夫妻生活，他都要看老婆的脸色行事。

每当想到这些，他的心理总是五味杂陈，说不出的酸楚。

家庭生活虽然不幸福，但老天对他还算公平，他没有辜负老丈人的期望，凭着自己的精明、能干，加上几年的历练，已经蜕变成职场中的高手，处理起事情来游刃有余。

老丈人退休没多久，他就被提拔了副局长，那年，他只有34岁，男人生命中金子般的年龄。这样一来，老婆为了防止他出轨，更是严加看管。

多年的忍耐似乎让陈友亮已经养成了习惯。

可是老婆就像上瘾的烟鬼，不找事就好像浑身不自在，总是疑神疑鬼老公跟单位的年轻女孩有染。最近一次更是夸张，当着很多同事的面，她竟然把新调来的一个女孩当众骂哭，可人家也不过是好心地为领导冲了杯茶水。

陈友亮忍无可忍，当场给了她一记耳光。

一巴掌下去，陈友亮和她都愣住了。

陈友亮有口难辩，那个无辜的女孩被拖下了水。

后来，用陈友亮自己的话说，他做了他这一辈子最为男人的一个选择，离婚。

这些年，他太累了，他不知道自己这么累到底为了什么，即便是为了报答老丈人当初的恩情，他这些年给他的女儿当佣人也够了。

他不但离婚了，还辞去了副局长的职务，简单地收拾行装，带上那个女孩远走他乡。

在那里，他和那个女孩经营了一家小小的超市，闲暇的时候，俩人便聊聊天，谈论一下今天或者明天的天气。

……

<<20几岁一定要懂点心理学>>

编辑推荐

《20几岁一定要懂点心理学》是一本通俗、易懂、有趣又不失深刻的心理学读物。如果你还站在心理学的门外，它将让你在轻松快乐中步入心理学的殿堂。

如果你对心理学一知半解，它会让你豁然开朗，更深刻地了解心理学。

如果你已经有了心理学基础，它同样会让你受益匪浅，爱不释手。

20几岁懂点心理学，能让你更早立足社会。20几岁你所掌握的心理学，决定你的人生成败。专为20几岁年轻人而做的一本新颖有趣、通俗易懂的心理学读物，帮助你运用心理学知识了解自身、洞察人生、解释行为，开启幸福生活的大门。

<<20几岁一定要懂点心理学>>

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>