

<<每天学点心理学全集>>

图书基本信息

书名：<<每天学点心理学全集>>

13位ISBN编号：9787508516325

10位ISBN编号：750851632X

出版时间：2009-11

出版时间：五洲传播出版社

作者：叶蓉

页数：386

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>

<<每天学点心理学全集>>

内容概要

世界上最重要的一件事就是心理是否健康，因为生活中的成功机遇不是时时都会出现在你的身边，相反，困难和挫折常伴随你左右出现。

如果你挺不住，一定会无所成就。

这就是说。

在困难和挫折面前，最可怕的是心理失败。

成功的所有秘诀上都写着四个字——健康心理。

在我们面前有多少人能伸手获得成功的“馅饼”呢？

绝大多数人都是要靠自己的拼搏、计划、策略去打开人生成功的局面，更为重要的是，要像个心理大师一样不断地安慰自己、调整自己、找到自己之所以失败的关键点，然后才能一步一步纠正自己，向正确的成功之路靠近。

书籍目录

从处世中拥有好心态 为什么快乐发自于内心世界 为什么快乐人生靠自己 为什么幸福和快乐就在心中 如何每天都乐趣无穷 如何寻找快乐精神的宝库 为什么快乐是对生活态度的理解 如何学会在现实中快乐地生活 如何用你的心体察快乐 如何用微笑制造快乐 为什么知足和感恩是快乐的源泉 为什么苛求完美就不快乐 如何用机智化解不顺 如何活出自我的本色 如何向着理想每天前进一小步 如何珍惜已经拥有的东西 如何追求学习享受快乐 如何减弱私心勇于承担责任 为什么不要轻易否定别人的看法 如何乐于接受人们背后的议论 为什么不要活在别人的价值观里 如何越过人为的防线 如何做个简单快乐的人 如何做一个最快乐的人 为什么快乐也能“传染” 如何学会感受生活的幸福 如何以愉快的回忆美化人生 永远快乐的8大秘诀从友情中体味温馨 为什么爱自己才能爱别人 如何先喜欢别人 如何寻找真正的朋友 为什么友谊不是向他人索取 为什么友谊需要无私和胆量 为什么忠诚的朋友是无价之宝 为什么朋友需要互相帮助 为什么别让钱财问题横在朋友之间 如何善于与他人沟通 为什么人人都渴望被尊重 如何给足人家的面子 为什么有爱心才能有快乐 为什么洒向人间都是爱 为什么不要打碎别人的饭碗 为什么爱心可以改变你的命运 如何使他人感到人生的幸福从生存中成就事业从工作中寻找乐趣从健康中享受欢乐从挫折中走向成功从婚恋中享受幸福

章节摘录

从处世中拥有好心态 为什么快乐人生靠自己 不论外在环境是否狂风暴雨，只要心中有阳光，人生永远充满希望。

当消极心情出现时，要让自己的心情转换成积极心态；当忧郁心情出现时，要立即想办法将自己的心情调适到开朗的状态。

有一个女孩子，她生性乐观积极，也很懂得过日子，更知道要如何排解自己的不快。

清晨醒来，她会对镜中的自己大声说：“今天是个好日子。

”即使昨天的坏情绪尚未恢复，她还是会大声地说。

然后刷着牙，想着刷牙是一件多么令人愉快的事，牙齿将变得洁白干净，不会受到蛀虫的侵袭，口气清新。

洗脸也是一件非常愉快的事，因为清水的湿润，会使脸上的皮肤感到无比的舒畅。

这都使她的脑细胞感到无比快乐。

她把细胞快乐论告诉人们，如果我们身上的每一个细胞都很快乐，我们自身当然也会非常地快乐

。因为人的身体是由60~70兆个细胞组合而成的，所以让所有细胞和睦相处，是生活中最重要的一桩大事。

在我们的细胞之中，有的会若无其事地看着我们痛苦，这可能是因为我们没有和这些细胞和睦相处的缘故吧。

<<每天学点心理学全集>>

编辑推荐

此书着重分析和阐述做人的基本方法与途径，书中理论精辟、案例生动、取材广泛。如果您能把此书吃透，并能娴熟地运用书中提供的方法，就一定能使您在事业上找到成功，在经济上找到财富，在爱情上得到美满，在人生中找到幸福。

我们真诚地希望此书能够成为您成就大事业的得力助手！

<<每天学点心理学全集>>

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>