第一图书网, tushu007.com

<<性格和生活的准则>>

图书基本信息

书名：<<性格和生活的准则>>

13位ISBN编号：9787802555365

10位ISBN编号：7802555361

出版时间：2010-9

出版时间：企业管理出版社

作者：威廉·麦独孤

页数：288

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

<<性格和生活的准则>>

内容概要

这个时代日趋喧嚣浮华，越来越让人难以把握。
单以目前充斥网络的内容为例，各种“门”事件近几年甚嚣尘上，各种炒作轮番轰炸人们的视觉神经。
并且，近两年，这些炒作还出现了一个趋势，那就是越来越多的以小人物为蓝本一朝成名，一夜蹿红的大有人在。
在这个炒作的过程中，小人物不怕自曝其短以赚取他人的眼球，而关注他们的人则抱着各种心态——有真心同情的，有看笑话的，有猎奇的……以至于人们都经常困惑于这样的一个问题：现在的人都怎么了？ 是的，这种情况迷惑了一个时代，迷茫了各个年龄阶段的人。
很难说是人们的信仰日益缺乏、心理愈发贫瘠导致了这种情况，还是这种情况的出现根本就是文明进步、人们Et益强调个性，强调差异的结果，抑或是二者兼而有之。
不管是哪种情况，在人们的视听如此发达、所受的诱惑如此繁多、接触的事物如此纷繁复杂的环境中，如何能始终保持自己的本性和前进方向、不迷失自己，如何能更好地实现自己的价值成了很多人穷其一生的追求。
在从童年到老年的成长、成熟过程之中，人们经历了太多——从孩提时代的受教育到少年时期的懵懂；从青年时期的热情奔放到中年时代的沉稳内敛；从为人夫为人妻的磨合到步入老年的平静。
在这样的一些阶段之中，有哪些准则是人们必须要遵守的?这些准则如何来之有据而又经得起考验？

第一图书网, tushu007.com

作者简介

威廉·麦独孤(wiIIiI am McDougall．1871～1938)，英裔美国心理学家，策动心理学的创建人和主要代表者，社会心理学先驱。
其主要作品有《社会心理学导论》《生理心理学入门》《心理学纲要》《变态心理学纲要》等，其中《社会心理学导论》出版于1908年．这年也因此被看成是西方社会心理学诞生的年代。

<<性格和生活的准则>>

书籍目录

李子勋推荐序出版者序美国版前言第一章　自我批评的需要第二章　人性第三章　对原有性情的修正第四章　人性的其他因素第五章　性格与意志第六章　习惯与原则第七章　品味与兴趣第八章　对性格的深入观察第九章　性格与幸福第十章　准则与个性的品质第十一章　品质的培养第十二章　智力与德行二者兼备的品质——魅力、品味、圆滑、判断力、智、慧第十三章　致有下述常见缺点的人第十四章　致父母和孩子第十五章　致年轻人第十六章　致妙龄少女第十七章　致青年小伙第十八章　婚姻生活第十九章　致妻子第二十章　致丈夫第二十一章　致老年人

章节摘录

通过这样的练习，尽管它有一个糟糕透了的名字——内省——我们学习理解我们的弱点，我们的情感敏感度，我们的责任，而且，这样学习，我们也可以学着控制和引导它们。
我们学着了解自己什么时候愤怒、或者恐惧——尽管我们看上去平静：了解自己什么时候好色、好奇、羞耻、嫉妒，或自作主张。
没有这种学习我们在自我认知和自我控制上就不能取得进步。
拿愤怒来举例。
愤怒比其他倾向更多地、甚至比恐惧更多地破坏我们的生活，引起冷漠、疏远、忿恨，毁掉本来可能令人非常愉快的氛围。
当愤怒正处高潮时，它对于检查我们愤怒的表达方式没有任何帮助。
一个词或一种语调，一个小小的脸部表情变化.都可能造成破坏。
我们必须通过识别它们被激起的最微小的迹象.来预期我们倾向的表现方式；不仅因为这样我们可以避免不合时宜地表现出来，也是因为在这一初期阶段我们更能有效地施加控制。
当我们的愤怒处于巅峰时，我们中最优秀的人也会发现不可能控制它；它仿佛带着它自己的正当理由.于是我们倾倒出我们愤怒的话语或者打起来，带着一种与这种表达方式一起扫荡全身的力量。
但是，如果我们在最初的愤怒冲动被微弱激起的时候就识别了它，我们可能通常能成功地使它中止。
这比抑制和压制已经酝酿充分的情感要好得多——即便我们能够成功地做到。
我们拥有的这种控制、压制我们倾向的激起或使它中止的力量极其重要。
它的科学解释是一个非常微妙和困难的问题，通往形而上学的深度，就跟自由意志与决定的问题一样。
我们不需要进入其中，知道这种力量非常现实，能够通过培养得到极大的发展就足够了。

编辑推荐

《性格和生活的准则》编辑推荐：一本全面剖析人类性格的通俗心理学作品，一本囊括亲子关系、两性关系培养的指南，一本适合各个阶层、各类人群的生活准则。
美国社会心理学家麦独孤遗世佳作，国内顶级心理学家李子勋倾情推荐。
性格即是命运，破解性格密码，了解生活准则，创造卓越人生。

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