

<<生活要懂点心理学>>

图书基本信息

书名：<<生活要懂点心理学>>

13位ISBN编号：9787122065490

10位ISBN编号：7122065499

出版时间：2010-1

出版时间：化学工业出版社

作者：王宇

页数：270

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>

<<生活要懂点心理学>>

内容概要

心理学是帮助人们认识自我、洞察人生、解释人类行为的一门实用科学。

本书结合日常生活中大量的实例，对关系人一生的爱情、婚姻、家庭、人际、人格以及其他与生活有关的心理现象分别进行了深刻的剖析，并指出了人们的心理和生活中的困惑，同时也阐述了现代人常见的不良心理、心理障碍的预防及治疗的策略。

本书的内容通俗易懂、语言简洁生动。

将心理学的理论性减到最小，而将生活的实际应用放到最大。

适合希望提高生活质量、完善人生的大众阅读参考。

<<生活要懂点心理学>>

书籍目录

第1章 解读人生中的心理学密码 01 人生中的心理学涉及哪些方面？

02 生活中常见的心理效应 03 运用心理控制术改变人生 04 心理学可以改变生活 05 人的心理会被别人引导 06 你的心理脆弱吗？

07 “心理暗示”的巨大威力 08 你就是自己最好的心理医生 09 摒除体内的消极情绪 10 时刻把你的心放空 11 心理上换个角度看人生 12 新的心情就是好的开始 13 坦然面对人生中的心理危机

第2章 开往天堂的班车——社会心理学 01 光阴似箭与度日如年 02 为什么总爱为自己找借口？

03 人的欲望为什么是无穷的？

04 为什么人们总爱杞人忧天？

05 明知是牛角尖却还是要钻 06 喜怒无常是怎么回事？

07 什么是认同心理？

08 为什么得不到的总是最好的？

09 为什么我们会强迫自己呢？

10 为什么那么多人愿意做“房奴”？

11 死不服输——要强心理 12 人际交往的心理趣谈 第3章 消灭潜藏的劲敌——人性心理学 01 废墟中的守望者——自私

02 寒冬里的孤独行客——冷漠 03 打肿脸充胖子——虚荣 04 刻意追求失败的人——悲观

05 去掉心中的毒蛇——嫉妒 06 冲出欲望的黑洞——贪婪 07 门缝里的观察者——狭隘

08 小气的心理分析——吝啬 09 你为何如此胆小——懦弱 10 封闭自己的心灵——自闭

11 不可一世，目中无人——自负 12 掉入地狱的深渊——抑郁 13 我可以抱你吗——抛开恐惧心理

第4章 扫除幸福生活的雷区——行为心理学 01 孩子吃手指的心理原因 02 孩子爱撒谎的心理因素 03 为什么人老话就多？

04 畸形心理下的“恋物癖” 05 “贪食症”只因心理饥饿 06 疯狂写日记可能是心理疾病 07 可怕的“购物癖”

08 报复为何因？

09 逆反心理及利弊 第5章 玩好你手中的魔方——职场心理学 01 如何与固执己见的同事共事 02

办公室怎样赢取人心 03 为什么找工作会高不成低不就？

04 为什么抱怨工作不顺心却不想换工作？

05 办公室“黑话”——多疑猜忌心理 06 小鲤鱼跃龙门——职场跳槽心理 07 谁是你肚里的蛔虫——职场赞美心理

08 拿什么来拯救你——职场代沟心理 09 如何打破不平衡心理 10 孤独心理 11 怎样应对倦怠心理

第6章 让爱情之花绚丽绽放——爱情心理学 第7章 让心理学住进你家——家庭心理学 第8章 解剖心理价位——消费心理学

<<生活要懂点心理学>>

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>