

<<5分钟读懂你自己>>

图书基本信息

书名：<<5分钟读懂你自己>>

13位ISBN编号：9787505433441

10位ISBN编号：750543344X

出版时间：2013-1

出版时间：朝华出版社

作者：赵翔

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>

<<5分钟读懂你自己>>

前言

说到心理学，人们总爱援引德国心理学家艾宾浩斯的一句话：“心理学有一个漫长的过去，却只有一个短暂的历史。

”从历史来看，成为科学之前的心理学，常常沦为哲学与神学的附庸，好比饭后的点心——可有可无。

然而，正如《伊索寓言》可以给当代人诸多启示一样，“漫长的过去”也并非一无是处。

意大利文艺复兴时期的全才达·芬奇曾经认为，破旧墙壁上的斑点形状，将可能进入画家今后的作品中。

对斑点的联想，进而产生艺术画作这一过程，竟被瑞士心理学家罗夏承传到著名的罗夏墨迹测验中。这种测验用各色不同的墨迹绘就图案，让人观察并联想，以推知人们的潜在心理。

在美国电影《守望者》中，墨迹图案的面具，又仿佛成了人物复杂心理乃至那个时代背景脚注。

从达·芬奇到当今电影，人们能从“漫长的过去”汲取养分，也证明了一个道理：从古至今，不论何种社会形态、不论何种文化背景，心理学之于人类，一直如影随形——怎么也甩不脱，它浸渍于生活的方方面面。

本书从自我、感知觉、情绪、记忆、社会心理、恋爱等方面叙述缤纷有趣的心理学常识。

通过这些常识，读者同样不难发现心理学的广泛存在。

梦的意义，对自我的未知，对爱情的茫然，对人际关系的困惑……这些问题也许是你思考过的，也许是你正期望得到答案的，也许是你还没想过的。

书中都会以简洁而浅显的语言，用心理学的知识，一一加以阐释。

同时，正如前面所说，心理学是一门与社会文化紧密联系的学科，不少社会现象与艺术作品都是反映人们心理的例子。

因此，读者在书中会看到“现蒸热卖”的凤姐、唐骏事件，也会看到各类电影、小说的文艺分析，当然还有富于寓意的小故事。

在阅读本书的时候，读者可以按照常规，从第一章开始，慢慢读下去；也可以翻开目录，挑选自己感兴趣的话题先睹为快。

内容中出现的关联部分，都有相应的超链接章节，读者可以选择进一步参阅。

我们把眼光移到心理学“短暂的历史”时，不难发现，心理科学的历史不过130多年，很多研究领域尚存未知。

然而，知识本身并非亘古不变的真理，而是在不断构建和更新中发展而成，并继续变化的。

作为一本趣味性的小书，本书最大的愿望是抛砖引玉。

本书的传道、授业、解惑，也仅是相对于当前主流心理理论而进行的。

举例来说，第一章我们就会看到，曾经有医学家把做梦理解为消化不良所致，尔后人们又做了更为科学的解释。

但这些答案很可能不是最终答案，读者可以从书中的问题引发其他思考。

最后，希望读者诸君能在本书中学到一些心理学，并活学活用，享受更快乐更幸福的人生。

赵翔 2012年12月

<<5分钟读懂你自己>>

内容概要

本书是一本面向大众的心理类图书，涉及社会心理学、情绪心理学、人际关系心理学、爱情心理学、职场心理学、应用心理学等领域，从生活中司空见惯的现象入手，通过专业的剖析，让读者对自己的言行知其然，更知其所以然。

本书由100多篇小文章组成，每篇文章短小精悍，行文轻松活泼，语言晓畅，是一本了解自己、通晓他人的不可多得的好书。

<<5分钟读懂你自己>>

作者简介

赵翔，毕业于云南师范大学，应用心理学专业。
现任职于北大附中云南实验学校，从事学校心理健康教育与辅导工作。
在《心理与健康》等专业杂志发表多篇文章。

<<5分钟读懂你自己>>

书籍目录

<<5分钟读懂你自己>>

章节摘录

<<5分钟读懂你自己>>

编辑推荐

《5分钟读懂你自己:你不知道的趣味心理学》是一本面向大众的心理类图书,涉及社会心理学、情绪心理学、人际关系心理学、爱情心理学、职场心理学、应用心理学等领域,从生活中司空见惯的现象入手,通过专业的剖析,让读者对自己的言行知其然,更知其所以然。全书由100多篇小文章组成,每篇文章短小精悍,行文轻松活泼,语言晓畅,是一本了解自己、知晓他人的不可多得的好书。

<<5分钟读懂你自己>>

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>