

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

图书基本信息

书名：<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

13位ISBN编号：9787542931887

10位ISBN编号：7542931881

出版时间：2011-12

出版时间：立信会计出版社

作者：牧之，苏陌 编著

页数：402

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>

## <<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

### 内容概要

《哈佛教授讲述的300个心理学故事》精选了哈佛教授在心理学课程中引用、讲述的300个极富思考意义的小故事，旨在让更多的人走进哈佛校园，听一堂生动有趣的哈佛心理课。

《哈佛教授讲述的300个心理学故事》由牧之等编著。

书籍目录

第一章 看清真实的自己

1. 最好的镜子是你自己
2. 不自知的秃鹰
3. 谦虚的将军
4. 以貌取人的哈佛校长
5. 如此“自知”的老师
6. 美丽的蜕变
7. 大师的底线
8. 朝三暮四的贾金斯
9. 年少自负的富兰克林
10. 每一朵花都是美丽的
11. 诗人与钟表匠
12. 小橡树的烦恼
13. 败笔和妙笔
14. 夸夸其谈的肖恩
15. 懊恼的山羊
16. 第二名同样精彩
17. “我会输给很多人”
18. 三个旅行者
19. 摩西奶奶的建议
20. 石头与陶罐
21. 沙子还是珍珠
22. 拉比·苏西亚的眼泪
23. 火焰和木柴

第二章 直面懦弱的自我

24. 勇敢的小女孩
25. 大卫和歌利亚巨人
26. 最难说的字
27. 演说家的畏惧
28. 重要的一课
29. 艾森豪威尔的经历
30. 勇敢的斯巴达人
31. 第11次敲门
32. 石头也能变珍宝
33. 乔伊的发现
34. 不要为自己上锁
35. 推走心灵的巨石
36. 别开生面的职场告别演说
37. 站起来，你也可以成为伟人
38. 蜘蛛人的惊人之举
39. 真正的男子汉
40. 什么是真正的勇气
41. 懦弱的卡夫卡
42. 高难度的乐谱
43. 甩掉怯懦的库柏法官

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

44. 盲人跳伞

45. 最伟大的雕塑家

第三章 做最本色的自己

46. 坚持本色的模特

47. 身高1.60米的NBA球星

48. 追求完美的老人

49. 扔掉面具的波波拉

50. 一味模仿的鹦鹉

51. 拥有天使翅膀的小男孩

52. 一次精彩的演讲

53. 完美的代价

54. 你抬起头来真美

55. 保持自我本色

56. 小蜗牛的壳

57. 失去了左臂的柔道冠军

58. 不完美的破桶

59. 喜欢攀比的孔雀

60. 轻视自己的爱丽莎

61. 过分关注自我的桃乐丝

62. 有龅牙的琳达

63. 每个人都是天使

第四章 走出自闭的世界

64. 迷惑的哈里森

65. 懂得付出的小男孩

66. 学会布施的故事

67. 吝啬的汤恩

68. 孤寂的玛丽

69. 主动伸出你的手

70. 治愈孤独的良方

71. 蕨菜和无名小花

72. 为友谊奉献一切

73. 学会倾听

74. 一位漂亮女士的交际技巧

75. 仁爱无敌

76. “聪明”的罗曼太太

77. 给予即是快乐

78. 冷漠是交友的天敌

79. 只认图纸的设计师

80. 开放的花园最美丽

81. 懂得分享, 才能生存

82. 把爱分一些给别人

83. 救人终救己的丘吉尔

84. 两根蜡烛

85. 爱说“早安”的传教士

86. 两个海洋的故事

87. 哲学家的最后一课

第五章 选择自己的未来

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

- 88 . 拒绝死神的乔妮
- 89 . 雕塑人生的罗丹
- 90 . 肯尼迪成长轶事
- 91 . 牧师的结局
- 92 . 洛奇的忠告
- 93 . 百折不挠的诺贝尔
- 94 . 不要只为面包而祈祷
- 95 . 猫的礼物
- 96 . 炼金术
- 97 . 玛丽·凯的诞生
- 98 . 大鱼奔大江
- 99 . 哈默的尊严
- 100 . 法拉第求职
- 101 . 林肯总统给弟弟的一封信
- 102 . 自信的小仲马
- 103 . 没主见的年轻人
- 104 . 坚持到最后的柏拉图
- 105 . 自己设计命运的教授
- 106 . 获得诺贝尔化学奖的“丑小鸭”
- 107 . 勇敢的比尔·盖茨
- 108 . 别让别人为你设限
- 109 . 风中的木桶

第六章 相信自己最优秀

- 110 . 自信勇敢的小泽征尔
- 111 . 给自己一面旗子
- 112 . 焕然一新的经理
- 113 . 106个愿望
- 114 . 黑气球也能升空
- 115 . 不自信的助手
- 116 . 永远坐在前排的玛格丽特
- 117 . 水温到了茶自香
- 118 . 作出正17边形的高斯
- 119 . 你是无法代替的
- 120 . 不屈服权威的设计师
- 121 . 沉溺在自卑中的三毛
- 122 . 你的未来是州长
- 123 . 伯杰的回报
- 124 . 活出生命的色彩
- 125 . 相信自己的眼光
- 126 . 敢作敢为的哥伦布
- 127 . 有一种自卑叫自信
- 128 . 成名前的大仲马
- 129 . 信念的力量
- 130 . “傻瓜”哈代
- 131 . 贫穷的一家人

第七章 永葆健康的心灵

- 132 . 恐惧死亡的销售经理

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

- 133 . 总是感觉饥饿的唐娜
- 134 . 心理医生与喜剧演员
- 135 . 学会变通的小河
- 136 . 赎回自己的梦想
- 137 . 骄傲的麦克阿瑟
- 138 . 贝利的经验
- 139 . 学会感恩 .
- 140 . 幽默的丘吉尔
- 141 . 黄金准则
- 142 . 把烦恼写在沙滩上
- 143 . 不要和自己过不去
- 144 . 失去是另一种获得
- 145 . 一套蓝衫裙引发的奇迹
- 146 . 丘吉尔的长寿之道
- 147 . 两马克而已
- 148 . 抑郁的林肯
- 149 . 可怜的柴可夫斯基
- 150 . 音乐家的热情
- 151 . 冲破心理的牢笼
- 第八章 拥有善良的心灵
- 152 . 仁慈的报酬
- 153 . 去除嫉妒, 分享喜悦
- 154 . 贪婪的罗森
- 155 . 自私就是自毁
- 156 . 丑陋的邪恶
- 157 . 国王的点金术
- 158 . 爱的力量
- 159 . 爱、财富和成功
- 160 . 乐善好施的卡尔森太太
- 161 . 沙漠中的抽水机
- 162 . 卖住宅
- 163 . 拾海星的老人
- 164 . 20元的关爱
- 165 . 收养——做人的楷模
- 166 . 贪婪又愚蠢的狼
- 167 . 一碗无人喝的汤
- 168 . 奇怪的钓鱼人
- 169 . 别做金钱的奴隶
- 170 . 加温的选择
- 171 . 生活不是攀比, 幸福源自珍惜
- 172 . 考验人性的苹果
- 173 . 要经受住善恶的考验
- 第九章 摆脱过去的阴影
- 174 . 每天送给自己一个希望
- 175 . 失败了也要昂首挺胸
- 176 . 弗兰克的“自由”
- 177 . 与过去道别

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

- 178 . 怀旧是种病
- 179 . 寄往天堂的信
- 180 . 这一切都会过去
- 181 . 过去不等于未来
- 182 . 那只不过是一件衣服而已
- 183 . 关上身后的门
- 184 . 一个母亲的答案
- 185 . 着火的实验室
- 186 . 坚强乐观的桑兰
- 187 . 根本不存在的椅子
- 188 . 徒步游华盛顿
- 189 . 琼斯的成功
- 190 . “我不能”先生的葬礼
- 191 . 没有什么不可以
- 192 . 你还有什么
- 193 . 猜一猜谁会成为伟人

第十章 感谢苦难的磨炼

- 194 . 伟大的尚多朋克
- 195 . 艰苦的'b~JEI繆 .
- 196 . 恐怖小说大师的悲惨生活
- 197 . 不会走路的长跑健将 .
- 198 . 竭尽所能突破困境
- 199 . 画饼充饥的巴尔扎克
- 200 . 我赢了上帝
- 201\_与世隔绝的辛蒂
- 202 . 生活在折磨中升华
- 203 . 苦难是最好的学校
- 204 . 一片枯叶
- 205 . 伍登教练的绝招
- 206 . 别让自己的心智老去
- 207 . 苦水里泡大的高尔基
- 208 . 拿破仑的选择
- 209 . 永远进取的施罗德
- 210 . 坚持到最后的林肯
- 211 . 重要的是你如何看
- 212 . 上帝的计算器
- 213 . 不可H缶时抱佛脚
- 214 . 不放走一秒钟
- 215 . “历史性的雄辩家”
- 216 . 对自己说“不要紧”

第十一章 快乐积极的生活

- 217 . 积极的克里蒙·斯通
- 218 . 换个角度看世界
- 219 . 幸运的士兵
- 220 . 坚持不懈的帕里斯
- 221 . 是谁捆住了你
- 222 . 陶罐里的鲜花

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

- 223 . 监狱中的选择
- 224 . 不要做一只章鱼
- 225 . 即将失明的帕克
- 226 . 最对不起的人是自己
- 227 . 忘掉仇恨
- 228 . 没有什么不可以改变
- 229 . 唯一不变的是变化
- 230 . 总有快乐的理由
- 231 . 用乐观的情绪自救
- 232 . 数绵羊的商人
- 233 . 生命在, 希望就在
- 234 . 从肥皂泡里看到彩虹
- 235 . 快乐无比的热地亚
- 236 . 化劣势为优势
- 237 . 要学好, 要做得对

第十二章 懂得宽容和忍让

- 238 . 世界上最伟大的运动员
- 239 . 仇恨袋的报复
- 240 . 宽容的是别人, 受益的是自己
- 241 . 安德森的宽恕
- 242 . 普鲁特太太的小提琴
- 243 . 高大的士兵
- 244 . 总统敌人斯坦顿的“下场”
- 245 . 没拿金牌的冠军
- 246 . 朋友是这样炼成的
- 247 . 你是什么官
- 248 . 沙漠中的刁难
- 249 . 宽容的史瓦兹
- 250 . 宽宏大量的格兰特
- 251 . 宽容能救赎心灵
- 252 . 原谅他人的过错
- 253 . 化敌为友
- 254 . 原谅恶意的竞争者
- 255 . 格林一家的选择
- 256 . 最绅士的报复
- 257 . 监狱中的曼德拉
- 258 . 善待战俘
- 259 . 放下手中的枪

第十三章 控制自己的情绪

- 260 . 控制自己的情绪
- 261 . 罗斯福与离家出走的小男孩
- 262 . 一次成功的演说
- 263 . 福特的一餐饭
- 264 . 暴躁的巴顿
- 265 . 抚平愤怒的伤口
- 266 . 学会掌控你自己
- 267 . 球王贝利不抽烟



<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

- 268 . 国王与猎鹰
- 269 . 生存还是毁灭
- 270 . 爱说闲话的女孩
- 271 . 狐狸的阴谋
- 272 . 护士怀特小姐
- 273 . 睿智的老板
- 274 . 温和能够为你带来好运
- 275 . 控制情绪的玻璃球
- 276 . 马克和乔森
- 277 . 爱嫉妒的桃树
- 278 . 买智慧
- 279 . 谁经得起考验
- 280 . 林肯的建议
- 281 . 贪婪的军官

第十四章 回归快乐的自我

- 282 . 温暖的脚
- 283 . 快乐的种子在哪里
- 284 . 打赌 .
- 285 . 快乐藏身的地方
- 286 . 老人的回答
- 287 . 一切都会过去
- 288 . 幸福的味道
- 289 . 凡事多往好处想
- 290 . 琼斯夫人的快乐法则
- 291 . 上帝是公平的
- 292 . 寻找快乐
- 293 . 享受诗意人生
- 294 . 为自己赚取快乐
- 295 . 你是世界上最幸福的人
- 296 . 快乐其实很简单
- 297 . 你不是最悲惨的那一个
- 298 . 高贵的居里夫人
- 299 . 行善是为了心灵的慰藉
- 300 . 泥像与智者

## <<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

### 章节摘录

1. 最好的镜子是你自己 哈佛心语 认识自己,才能认识人生。

——苏格拉底 故事殿堂 爱因斯坦小时候和很多小孩子一样,是一个十分调皮贪玩的孩子,经常和一些坏孩子混在一起。

他的父亲常常为此忧心忡忡,他想找一个办法让爱因斯坦变得好学起来。

直到爱因斯坦16岁的那年秋天,一天上午,父亲将正要去河边钓鱼的爱因斯坦拦住,并给他讲了一个故事,正是这个故事改变了爱因斯坦的一生。

故事是这样的:“昨天,”爱因斯坦父亲说,“我和咱们的邻居约翰大叔去清扫南边工厂的一个大烟囱。

那烟囱只有踩着里边的钢筋踏梯才能上去。

你约翰大叔在前面,我在后面。

我们抓着扶手,一阶一阶地爬了上去。

下来时,你约翰大叔依旧走在前面,我还是跟在他的后面。

后来,钻出烟囱。

我发现了一件奇怪的事情:你约翰大叔的后背、脸上全都被烟囱里的烟灰涂黑了,而我身上竟连一点烟灰也没有。

” 爱因斯坦的父亲微笑着继续说:“我看见你约翰大叔的模样,心想我肯定和他一样,脸脏得像个小丑,于是我就到附近的小河里去洗了又洗。

而你约翰大叔呢,他看见我钻出烟囱时干干净净的模样,就以为他也和我一样干净,于是就只草草洗了洗手就大模大样上街了。

结果,街上的人都笑痛了肚子,他们还以为你约翰大叔是个疯子呢。

” 爱因斯坦听罢,忍不住和父亲一起大笑起来。

父亲笑完了,郑重地对他说:“其实,谁也不能做你的镜子,只有自己才是自己的镜子。

拿别人做镜子,白痴或许会把自己照成天才的。

” 爱因斯坦听了。

顿时满脸愧色。

从此,爱因斯坦离开了那群顽皮的孩子。

他时时用自己做镜子来审视和映照自己,终于映照出了他生命的熠熠光辉。

智慧点睛 别人并不能映照出你自己,只有自己才是最明亮的镜子。

每个人的内心世界都有两面明镜,一面照他人,一面照自己。

我们要学会反躬自省,每过一段时间就用照自己的那面镜子映照我们的

灵。

这是成功人生的必然要求。

我们来到这个世界上,每个人都有自己所扮演的角色和应当承担的责任与义务,所以我们每个人都要牢记自己的使命,摒弃缺点,不断进取,努力做最好的自己。

2. 不自知的秃鹰 哈佛心语 一个没有自知之明的人,无论何时何地总会有无数的坎坷与障碍在等待着他。

——爱默生 故事殿堂 著名文学家爱默生在哈佛大学求学时曾看过一则给他启迪颇多的故事:一只秃鹰飞过王宫,看见王宫中的一只黄莺很受国王的宠爱,于是就问黄莺:“你是怎么得到国王宠爱的?”

” 黄莺回答说:“我到王宫后,唱歌十分动听,国王非常喜欢听我唱歌,于是就喜欢我,经常拿珍珠来打扮我。

” 秃鹰听了,心中很是羡慕,它想:“我也应该学学黄莺,这样说不定国王也会喜欢上我的。

” 于是它就飞到国王睡觉的地方,开始唱歌。

国王正好在睡觉,听了秃鹰的叫声,感到十分恐怖。

就叫属下去看看是什么东西在叫。

## <<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

属下报告说是一只秃鹰不知道为什么在叫。

国王十分愤怒，就吩咐属下去把秃鹰抓了来，并命令拔光秃鹰的羽毛。

秃鹰浑身疼痛，满是伤痕地回到鸟群中，它恼羞成怒，到处对别的鸟儿说：“这都是黄莺害的，我一定要报仇。

” 智慧点睛 或许我们都认为秃鹰没有自知之明，太可笑了。

然而，不幸的是现实生活中有大量的“准秃鹰”和“类秃鹰”。

他们总想着出人头地，自己却没有具备成功所需要的能力，只是机械地模仿别人，结果弄巧成拙。

更加可悲的是，当他们达不到目的时，不知反省，却怨天尤人，责怪老天不给自己机会。

要知道模仿得再好终究不是我们自己的，因为没有特色。

所以，我们的心灵一定要对自己忠诚，只有不背叛自己的人才不会被命运女神抛弃。

3. 谦虚的将军 哈佛心语 忠实于自己，忠实于自己的信仰，这是一种智慧。

——华盛顿 故事殿堂 一个人最难能可贵的地方，是他能够在功成名就之时仍然保持谦逊的本质。

在哈佛大学研究中国历史学的杜维明教授十分重视传统文化的继承，也时常教导他的学子们要做个谦虚的人。

因为每个人都有属于自己的高度，如果不把自己放低。

就不可能看到自己和他人的真实高度。

杜维明教授最爱讲的是关于马歇尔将军的一则逸事。

乔治·马歇尔是美国一代名将，在第二次世界大战中，他作为美国陆军参谋长，对建立国际反法西斯统一战线作出了重要贡献。

鉴于其卓越功勋，1943年，美国国会同意授予马歇尔美国历史上从未有过的最高军衔——陆军元帅。

但马歇尔坚决反对，他公开的理由是如果称他“Fidd Marshal Marshall”（马歇尔元帅），后两字发音相同，听起来很别扭。

其实马歇尔拒绝的真正原因是这将使他的军衔高于当时已病倒的潘兴陆军四星上将。

马歇尔认为潘兴才是美国当代最伟大的军人，而自己又多次受到潘兴将军的提拔和力荐，马歇尔不愿使自己崇敬的老将军的地位和感情受到伤害。

第一次世界大战中，马歇尔随美军赴欧参战。

当时的美国远征军司令潘兴非常欣赏马歇尔的才能，大战末期将他提拔为自己的副官，视为得意门生。

后来潘兴虽然退役，仍然多次力荐马歇尔晋升。

在潘兴的有力影响下，1939年马歇尔领临时四星上将军衔出任美国陆军参谋长。

.....

媒体关注与评论

心灵反映生活，面貌反映心灵。

——巴尔扎克

经得起各种诱惑和烦恼的考验，才算达到了最完美的心灵健康。

——培根

心灵是自己的地方，在那里可以把地狱变成天堂，也可以把天堂变成地狱。

——希尔顿

<<哈佛教授讲述的300个心理学故事>>

编辑推荐

哈佛大学始建于1636年，最初的校名是“坎布里奇学院”，即剑桥学院。三百多年来，哈佛大学先后培养出了数百名在不同行业中居于领袖地位的学子，这些人或决定着所在国家或世界的政治格局，或操纵着整个世界的经济命脉，或引领带动着人类的科技风暴。

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>