

<<幸运背后的心理秘密>>

图书基本信息

书名：<<幸运背后的心理秘密>>

13位ISBN编号：9787560957449

10位ISBN编号：7560957447

出版时间：2009-11

出版时间：华中科技大学出版社

作者：刘振中 编

页数：231

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>

<<幸运背后的心理秘密>>

前言

“人们总是在想方设法，积极努力，试图改变自己的生活境遇以求得发展。

”——美国著名社会心理学家班·杜拉近年来，随着社会物质生活条件的改善和生活水平的提高，人们对精神生活需要的迫切性越来越强烈，对精神生活的质量要求也越来越高，心理学逐渐成为广大民众所关心和崇尚的热门学问。

然而，专业的心理学研究不仅体系庞大、内容艰深。

而且与广大民众所关心的日常生活问题相距甚远，在专业心理学研究领域和广大老百姓日常生活之间存在着巨大的鸿沟。

这样，使得不少本来对心理学抱有浓厚兴趣的人感到心理学令人生畏，望而却步。

为了弥合专业研究与普通民众需求之间的鸿沟，同时，也为个人自我完善提供科学指导，我们推出了这套《心理学改变生活丛书》第一辑。

本辑丛书的宗旨是从老百姓所关心的人生问题出发，用心理学的观点来阐明人们日常生活中所关心的问题，透过对心理现象的分析为人们处理人生问题提供了全新的视角。

同时，我们也应该看到，心理学还是一个处于不断成熟和发展壮大的学科；心理学的研究还远远没有达到能够有效干预人们日常生活的程度。

因此，对于现代生活中的问题，我们并不期求通过有限的书籍就能够揭示清楚；但我们真诚地希望读者能通过阅读有关心理学读物，对人生有一个正确的理解，并以此作为思考现代生活各种问题的起点，开始有意识地、系统地、科学地规划自己的生活 and 人生，使自己拥有更加美好的人生。

<<幸运背后的心理秘密>>

内容概要

一个人只有两种生活方式，一种是过着没有任何奇迹的生活方式，一种是过着一切都是奇迹的生活方式。

幸运只会降临在相信幸运的人身上，不幸只会发生在相信不幸的人身上。

幸运和不幸都是人们进行的解释，解释会塑造经历。

你的人生会根据你的期望扩张或萎缩，假如把思想比作一个杯子，那么你的人生就是空气，不管你拿出多么大的杯子，都会被填满，所以要拿一个大杯子。

<<幸运背后的心理秘密>>

作者简介

刘振中，心理学硕士，1997年毕业后从事心理测验和人才测评工作。

目前为华东师范大学心理系博士生。

独立和参与编写《心理大辞典》、《信息时代的心理调节》、《管理心理学》、《素质教育论》等著作8部，发表专业论文20余篇。

<<幸运背后的心理秘密>>

书籍目录

第1章 把幸运握在自己手里 幸运来自于你的态度 幸运来自于你的内心 幸运来自于快乐的人生态度 幸运来自于你对灵魂的滋养 幸运测试题：测测你获取幸运女神垂青的能力第2章 使你不幸的12种行为模式 认为自己永远不会失败 用片面的观点看待事物 人前人后都是“好好”先生 总为叛逆的行为找借口 总想一夜功成名就 对生活和工作有太多担心 对人对事冷漠无情 总是觉得自己做什么都不够好 做什么事情都急功近利 总是越俎代庖 对生活和工作没有追求 幸运测试题：你是否需要改变自己的行为模式第3章 使你幸运的7种心理素质 决心——驱使你朝着目标前进的内在动力 精力——保持最佳精神状态 自信——你的自信心、自言自语和期望 勇气——你直面失败和危险的能力 注意力——摆脱认知思维噪音干扰的能力 冷静——在压力面前保持轻松 适应能力——面临错误、挫折或失败时坚持不懈 幸运测试题：幸运素质测试第4章 使你幸运的13种性格 尽职尽责的性格 团结合作的性格 坚定不移的性格 脚踏实地的性格 善解人意的性格 适应环境的性格 目光锐利的性格 忍辱负重的性格 严格守时的性格 感恩图报的性格 机智应变的性格 勇于创造的性格 勇敢挑战的性格 幸运测试题：幸运性格测试第5章 使你幸运的10大习惯 善于发现问题的习惯 分清主次的习惯 利用优势的习惯第6章 学会成为幸运儿第7章 充分利用偶然的机遇第8章 相信自己的幸运预感第9章 好运者期望好运第10章 变厄运为好运第11章 通向幸运的12个关键

<<幸运背后的心理秘密>>

章节摘录

法国作家雨果说：“比大地更辽阔的是海洋，比海洋更辽阔的是天空，比天空更辽阔的是人的心灵。”你的心灵是一个巨大的宝藏，幸运就是里面的金矿，挖掘它吧，你会有意想不到的收获。

设想一下，有一座电台，我们称之为“内心”广播电台，它能为我们一天24小时提供来自心灵深处的建议。

再设想有一个调谐器可以收到电台广播的信号。

如果你拨到了正确的波段，你就会听到广播，获得至关重要的信息；如果拨到错误的波段，便会错过重要的信息。

你天生就拥有这种电台调谐器，孩子和动物的调谐器都是设定好的，他们知道自己是谁，也会感知什么人、什么情况对他们有好处，什么人、什么情况对他们有威胁。

随着年龄的增长，人们变得越来越社会化，人们受到各种诱导，渐渐远离了内心电台。

人们教育你，做自己真正想做的事情是自私行为，违背了父母的意愿择偶是错误的，从事低收入的艺术行业不如去搞电脑编程，……外界的各种信号逐渐淹没了内心电台的声音，你感到迷惘与困惑。

无知和错误是无法治愈的，但是，只要尊重内心的灵感，错误便很容易得到改正。

你的本能使你清楚地知道什么适合你，情况不妙时，它会发出信号警告你。

地震发生前，动物会有异常行为。

研究表明：地震前，报纸上寻找走失宠物的广告有所增加；将要发生事故的班机起飞前，旅客在最后一分钟取消定票的比率也较高。

你可能倾向于从外界寻找建议，其实你很聪明，你对自己的道路、命运的认识远远超过对你本身的认知。

如果世界上什么东西对你有益，你的内心会有感应。

几千年来，探索人生方向的人们总会去寻找圣贤，但是他们也可以寻找“心灵之耳”，即倾听内心的声音，来获得完美的建议。

有了这样一个好顾问，你遇到问题时，能不找他吗？

这样的顾问是存在的，而且可以给你帮助；只要你更多地关注自己内心的感受，少去关注周围的事情。

千万不要等到自己摔得鼻青脸肿，走进死胡同，让别人的声音控制你时，才关注自己内心的感受。

根据最深层的感知采取行动，幸运的大门就会为你敞开。

美国最著名的幽默作家戴夫·巴里上初中时是班上最爱开玩笑的人，他常常在课堂上开玩笑，所以他总是惹麻烦。

一天。

老师责备他：“戴夫·巴里，你最好学习再努力些，要知道，你不可能靠开玩笑过一辈子。”

幸运的是，戴夫并没有在意老师的责备，他成了美国最著名的幽默作家，他创作了许多畅销读物，他在美国报纸的幽默专栏上发表文章，还赢得了普利策文学奖。

戴夫·巴里在玩笑中过着自己的生活，而且做得非常出色。

如果他屈从于老师的压力，做那些安全却了无生趣的事情，那我们会错过多少一针见血的文章和令人捧腹的大作。

现代社会的人，往往对所谓的“科学”存在着迷信，于是人们就喜欢用“科学”数据来说服人。

现实生活中有很多所谓的特大新闻，其中的数据是出于商业利益编造的。

当我们看到统计数据时，要明白是谁发布这些数据，有什么企图？

人们能用数据来表达观点，也能用观点制造数据。

不要上它的当。

我们经常可以看到许多可恶的统计数据出现在媒体的广告上。

而广告往往是由医院或者什么药厂赞助的，上面赫然写着：“从现在起五年后，百分之几十的人将得什么什么病。”

这个广告会在上万人的潜意识中灌输一种信条：我们会成为统计数据的一部分。

<<幸运背后的心理秘密>>

那么，这个广告就实现了它真正的目的。

也许，你会辩解，统计数据只是说明事实。

的确，一定百分比的人会生病，这的确是事实；但事实总在不断变化，它们，并不是坚固的实体，它们也有寿命，也会分解消失，让位给新的统计数据，它们的更新速度是很快的。

如果一名医生引用数据来预测一个人的寿命，可以说他是诚实的，但他未必正确。

说他诚实，是因为他的预测适用于大部分人；说他未必正确，是因为那个病人可能与众不同。

统计数据和表格之所以有用，是因为大部分人过的都是可以预测的生活。

他们看同样的新闻节目、同样的广告牌，吃同样的食物，去同样的学校，服用同样的药物，同样为钱拼搏，抱怨同样的问题，愿意接受被人控制的生活。

如果你属于这类人，数据可以预测你的未来，但你还可以有其他选择。

你可以选择而不是放弃。

你应当关注自己的内心，而不是人们的七嘴八舌；你应当依据自己的判断，而不是别人的言论来形成主见；你可以把数据化的生活变成快乐的生活。

数据说明的是已经发生的事情，如果你希望陷入过去，就相信统计数据吧！

如果你相信机会，就不要把注意力放在别人创造的现实上；把注意力放在你要创造的事实上，那个时候，你才能拥有真正属于自己的生活。

对我们许多人来说，我们的文化过分重视身体，我们很容易与内心失去联系，但内心会带我们走得更远。

当然，身体是重要的，但是我们还拥有其他与身体同样重要甚至更重要的东西！

那些只围绕着躯体建立自身价值的人注定要遭受更多的不幸。

他们因外表获得报酬，而不是因为他们的本质获得报酬。

他们甚至以为他们的外表就是他们自己。

他们吸引的是那些把他们只当作“身体”的人。

他们陷入了幻想的世界，然后总是想弄清楚为什么自己的生活总是这么倒霉。

其实办法很简单：让内心做决定，不要让我们的身体代替心灵。

我们从小就被灌输了这样的思想——对我们喜欢或不喜欢的身体或部位指手画脚。

但是，我们应该知道我们比我们的判断更伟大，我们可以用比外表更高的价值观对他人做出选择。

有些人看起来很棒，可内心却是空虚的：有些人看起来不太有魅力，却闪耀着智慧和快乐的光芒。

只有心灵才能看见真正的东西，事物的本质是肉眼所看不见的。

<<幸运背后的心理秘密>>

后记

每一本书的出版，都是许多人用辛勤付出换来的成果。

本书从策划开始。

就受到各方人士的关照与帮助，在编写时更是得到了不少老师和作者的鼎力支持。

特此向参与本书编写的人员致以诚挚的谢意，他们是：杜金霞、刘俊义、高涛、董芳、谢海峥、滕龙江、金源、马宏宇、于向勇、张宇浩、陈艳军、孙良珠、杨威、魏凤莲、孙豆豆、郭育彩、崔文英、于超英、胡燕。

本书编写中借鉴和参阅了大量的文献作品，从中得到了不少启发和感悟。

得益于前人的劳动成果，才使本书能够有如此之多的详实案例和丰富的理论基础。

在此向各位专家、学者以及资料的提供者表示最崇高的敬意。

然而，由于受条件限制，本书中部分作品的作者、译者未能及时联系上。

更由于有些作品在原出版物上没有署名，令我们对您的姓名、地址等信息无从得知。

本着对书稿品质的追求，不忍将美文割舍，故冒昧地将文章选录书中。

有鉴于此，恳请拥有著作权的作者、译者谅解，并请您见到本书后及时来电来函，以便支取我们为您留备的稿酬。

由于时间仓促，加之编者水平所限，书中难免不足之处，敬请广大读者指正。

<<幸运背后的心理秘密>>

媒体关注与评论

<<幸运背后的心理秘密>>

编辑推荐

《幸运背后的心理秘密》导读——为什么幸运的人总幸运，倒霉的人总倒霉？

好运常伴是有心理学依据的，你知道吗？

如果你“想”交好运，那么你就会吸引“好运”。

这是真的吗？

想交好运的人一定要看的一本书！

好运常伴是有心理学依据的，你知道吗？

如果你“想”交好运，那么你就会吸引“好运”。

这是真的吗？

想交好运的人一定要看的一本书！

你知道吗？

为什么幸运的人总是幸运，倒霉的人总倒霉？

<<幸运背后的心理秘密>>

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>