第一图书网, tushu007.com

# <<我们都爱“发神经”>>

## 图书基本信息

书名：<<我们都爱“发神经”>>

13位ISBN编号：9787806889503

10位ISBN编号：7806889507

出版时间：2013-9

出版时间：天津社会科学院出版社

作者：小凡不二

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

## 内容概要

本书立足于讲述一种有趣的心理现象：间歇性发神经。
列举了间歇性抓狂、间歇性失踪、间歇性抑郁等众多间歇症，分析到位，案例丰富，辅以各种有趣的心理学实验，配上16幅彩色漫画，揭露间歇症的心理隐秘，有趣，实用。
强大的心理学安抚你烦躁不安的内心，让你与不安的自己好好相处。
文笔流畅，幽默另类，通俗易懂。

我们都是“ 间歇症神经质 ”患者，没有发过“ 神经 ”的人，不足以谈人生。

间歇症患者的症状：间歇性“ 玩失踪 ”， 间歇性心情失落、间歇性话痨、间歇性暴躁、间歇性愤青、间歇性抓狂、间歇性大吃大嚼和间歇性没理想等。

切勿对号入座，媒体人中枪最多
揭开“ 间歇症 ”的面纱：敏感多情的人对各种间歇症毫无免疫力，间歇症是对现实世界的暂时拒绝和逃避，是平衡压抑的生活的一种心理小把戏
蒙田说：“ 我们的人生时而平静，时而狂暴。
”这本书让你的“ 狂暴 ”训练有素，有张有弛，从间歇症中获取正能量
有趣的心理学实验，好玩；强大的心理学支撑，好看
澳大利亚插画师Amilly为本书奉献16幅幽默有趣的彩色漫画
献给时常心情不好夜间发言或间歇性犯神经的各种年轻人
一件送给长不大或不愿长大的小孩的贴心小棉袄

## 作者简介

小凡不二，网络自由撰稿人，论坛咨询师，首次出书。

## 书籍目录

导言：神经还能正常点，再正常点吗/ 001
第一章“发神经”是一种魅力人格
一、与世界闹别扭很正常，间歇症们往往是善于创造奇迹的人/ 003
二、我突然很想“玩失踪”/ 011
三、我突然心情很失落/ 023
四、突然，很烦某个人，或某些人/ 033
五、那时的几秒钟，我难道瞬间低能/ 040
六、间歇性话痨与间歇性不想说话/ 045
七、间歇性理想主义/ 050
八、间歇症与拖延症同病相怜/ 053
九、身体里的革命：我是媒体人，我间歇性犯神经/ 056
第二章 不可告人的内心秘密
一、“莫名其妙”是因为神经比大脑跑得更快/ 065
二、内心是一个不负责任的小孩/ 070
三、做错事，理由总是一大堆/ 073
四、表达感情时，总是理直气壮/ 076
五、喜欢一刀把时间和因果切断/ 079
六、这些人往往意志力薄弱/ 082
七、大吃大嚼能补充意志力吗/ 085
八、假自由/ 087
九、欲望有如骤然拉满的弓/ 088
十、超级隐蔽的报复方式/ 090
十一、失踪是为了获取“合适的距离”/ 092
十二、混在男生堆里的女生，不被各种间歇才怪/ 094
十三、间歇性抑郁，真的暗示了某些生理疾病/ 096
十四、“掉举”是我心散乱，间歇怎能避免？
/ 098
十五、憎恨如此强烈饱满，乃至溢出来的部分蔓延了无辜/ 100
十六、间歇是人类永远的困境——高高在上的幻想机制/ 103
十七、间歇性的孩子不是野草/ 108
十八、狠角色：从不祈求“从天而降”的公平/ 111
十九、他们饶有兴趣地看自己，就像赏玩一件艺术作品/ 113
第三章 如何与“发神经”相处？

一、如何与瞬间失落的“我”相处？
/ 119
二、如何与狂躁的内心相处？
/ 124
三、如何让抑郁变得乐观？
/ 133
四、其他类型的相处之道/ 139
第四章 做个训练有素的间歇君
一、间歇发神经的爱情，是在惩罚自己/ 147
二、教你安静，然后睡去/ 152
三、训练有素的生活之道/ 160

四、变与不变都美丽/ 168

## 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