

《社交要懂心理学》

图书基本信息

书名：《社交要懂心理学》

13位ISBN编号：9787530847893

10位ISBN编号：7530847899

出版时间：2009-2

出版社：天津科学技术出版社

作者：赵建勇

页数：278

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《社交要懂心理学》

前言

法国著名作家罗曼-罗兰曾经说过：“人类的一切生活，其实都是心理生活。”生活离不开心理，而心理学则是一门与人类的生活和幸福密切相关的科学，它是如此的贴近生活，大到社交中的心理特征，婚恋中的心理变化，工作中的心理反应，小到生活中经常被忽视的细节，即使是一句挂在嘴边的口头禅，一个不经意的习惯性动作，都与心理学有着十分密切的关系。人类的心理世界是十分复杂奇妙的，而心理的变化莫测，使我们的生活变得波谲云诡，色彩缤纷。一直以来，人类都致力于揭开广大而幽妙的心理世界的面纱，探求人类心灵的秘密，让心理学更好地服务于人类生活。这是几千年来，人类一直都在为之努力的一个理想和追求。人性恶？人性善？思想来自何方？人类拥有自由意识吗？

《社交要懂心理学》

内容概要

《社交要懂心理学》通过对各种心理现象的阐述和分析，对各种心理问题的列举和解析，对各种心理状态的评估和调试，对各种心理误区的解释和指导，使我们的心理达到最健康、最积极、最稳定的状态。并通过改变心理来改变我们的情绪、意志、能力，从而达到改变和改善生活现状的目的。

《社交要懂心理学》

书籍目录

序篇 用心沏好“社交”这杯茶——社交与心理学 一、人人都需要社会交际 二、影响人际交往的心理效应 三、与人交往需要从“心”做起 第一篇 沟通从“心”开始——社交需要心理学 第一章 心理因素影响人际关系 一、近乎远乎——距离影响人际关系 二、惺惺相惜——相似增加吸引力 三、性格互补——推动相互吸引 四、才子效应——有才华才有魅力 五、以貌取人——仪表形象影响交际 六、我行我秀——个性形成印象 第二章 社会交际需要全“心”投入 一、保持适当的距离 二、放宽交往的标准 三、给别人以足够的重视 四、学会经常对人微笑 五、记住别人的名字 六、忍让一下，退让一步 七、帮人也是帮自己 八、爱人者，人恒爱之 第三章 破坏人际关系的不良心理 一、人际交往中的不良心理 二、不要让自己成为孤家寡人 第四章 克服社交中的心理障碍 一、走出孤僻的自我世界 二、有缺陷的美才是真正的美 三、浇灭心头的忌妒之火 四、不让报复的邪恶念头出现 五、消除悲观心理的阴云 六、让自己的内心变得充实 七、正确地看待挫折 八、改变多疑的不良习惯 九、扬长避短增强自信 第二篇 让“心”彼此吸引——懂心理学才更懂社交 第一章 懂心理学让学生更快乐 一、有好人缘才有好心情 二、我们都是好朋友——处理好与朋友的关系 三、消除与父母之间的“代沟”——处理好与父母的关系 四、叫一声“老师，您好！”——处理好与老师的关系 五、珍惜身边美丽的“她”（他）——如何与异性同学正常交往 六、让交际变得轻松而自然——青少年社交恐惧的调适 第二章 懂心理学让工作更轻松 一、老板并不可怕 二、做同事最好的搭档 三、沟通是管理的最好方式 四、因为自信，所以成功——克服求职中的不良心理 第三章 懂心理学使生意更兴隆 一、诚信使沟通更顺畅 二、学会倾听客户的抱怨 三、用自信去驳倒对方 四、像朋友一样谈生意 第四章 懂心理学使婚恋更甜蜜 一、做出最好的选择——择偶心理 二、使青涩的初恋变得成熟——初恋心理指导 三、明明白白我的心——恋爱中男女的心理差异 四、婚姻不是爱情的坟墓——让爱更安稳 五、让爱更持久——跳出“爱情厌倦”的心理怪圈 第三篇 给人一种舒心的感觉——注重社交中的交往细节 第一章 “形”心不离——社交形象重千斤 一、塑造个人良好的社交形象 二、增加自己仪容的美丽度 三、举手投足尽显风采 四、用丰富的表情传递自己的心声 五、用服装扮靓社交魅力 第二章 以“礼”服人——社交礼仪不可丢 一、有“礼”才能行天下 二、接待拜访懂礼节 三、言谈举止重修养 四、送人礼物要适当 五、赠送鲜花有深意 第三章 “言”为心声——社交口才妙用多 一、口才是人人必备的社交武器 二、巧用口才，用礼仪赢得青睐 三、运用智谋解决会话难题 四、忠言顺耳，感动人心 五、轻松面试，巧对刁难 第四篇 打造社交“心”魅力——专家给你做心理指导 第一章 社交心理指导——分享社交“心”感悟 一、社会是一所交际的大学 二、交往是一扇虚掩的窗 三、熟悉与陌生的距离 四、善是一种良性循环 五、拒绝是一种残酷的惩罚 六、把自己放到一个比较低的位置 七、别在细节之处给人造成伤害 八、君子不与“小人”斗 九、小故事告诉你沟通的大哲理 十、处理好人际关系的30个心理秘诀 第二章 社交心理自测——尝试社交“心”检测 一、人际关系测试 二、你留给人什么样的第一印象 三、你是个受欢迎的人吗 四、你容易得罪人吗 五、你是否善于交际 六、测测你的人际问题处理能力 七、人际交往协调能力鉴定 八、你会如何处理交际难题 九、测测你的人际交往圆滑度 十、你的人际关系心理及格吗 十一、羞怯心理测试 十二、你有社交恐惧症吗 十三、女性社交魅力测试 十四、男性社交魅力测试 十五、沟通能力测试

《社交要懂心理学》

章节摘录

在人与人的交往过程中，彼此会使对方内心发生变化，给对方带来不一样的感觉和印象，这些心理效应会对人们之间的关系产生很大的影响。影响人与人之间的人际吸引的因素有很多，涉及很多方面，只有了解这些，并在实际交往中巧妙应用，才能消除不良的影响，增加好的印象和感觉，建立起长久的稳定的人际关系。在社会中生活的每一个人，都希望与别人建立并保持良好、健康的人际关系，这对彼此都是非常有意义的，是社会生存的必备能力。社交中人与人的关系处理不好，不仅影响自己的正常生活和工作，同时，也对人的身体和心理健康有很大损害。按照著名心理学家马斯洛的观点，人有归属和爱的需要，有尊重的需要。要想满足这类需要就必须与周围的人打交道。人既有生物属性，也有社会属性。从一定意义上说，亲和倾向是人的天性。亚里士多德曾说过一句挺有意思的话：“能独自生活的人，他不是野兽，就是上帝。”

《社交要懂心理学》

编辑推荐

《社交要懂心理学》由天津科学技术出版社出版。诗人约翰·唐曾说：“没有别人，你即是一座孤岛。”人生在世，必然要参与社会交往，社交关系的好与坏，与人们的心理有很大关系。现实生活中，有些人在社交中总交不上朋友，总是处理不好自己与同事、上司等各种人际关系。究其原因，是社交中的不良心理状态阻碍了人际关系的正常发展。当人们的心理状态不佳或存在心理障碍，必然会在交往中与别人形成隔阂，在一定程度上会影响正常的人际交往。因此，缔结好人缘需要拥有一个良好的心理状态。懂心理学，并善于运用心理学来调适自己的心理，揣摩别人的心理，才会让彼此惺惺相惜，发挥自身的魅力，去构建一个良好的人际关系网。

《社交要懂心理学》

精彩短评

- 1、“要懂心理学系列—社交要懂心理学”，这本书是我刚接触的，对里面的内容总体来说贴近息息相关的生活。可以让我们学到如何在人际关系中，适度调节自己和外人的心理。这本书将带进我们另外个社会中去。
- 2、书的纸张太差，内容还可以。
- 3、可滤

《社交要懂心理学》

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：www.tushu000.com