

# 《一口气读遍心理学常识》

## 图书基本信息

书名：《一口气读遍心理学常识》

13位ISBN编号：9787504492396

作者：张弛

页数：224

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](http://www.tushu000.com)

# 《一口气读遍心理学常识》

## 内容概要

心理学脱胎于哲学，因此，有许多心理学家同时也是哲学家，自心理学从哲学中完全脱离出来以后，由他们总结和归纳起来的关于心理活动的产生和破解规律的理论基础，为我们今天了解和掌握心理学提供了可能。当今现代科学的发展日新月异，有人竟预言，在未来电脑将取代人脑，但是从心理学的角度来讲，这是永远也不可能的事。人类活动的所有动机都受制于人的心理活动，它不完全独立于纯客观世界中，它是人的主客观相互作用的结果，找到了这种主客观相互作用的结合点，就掌握了人的心理活动规律。这也是掌握心理学的目的所在。

为便于广大读者能通过阅读此书更好地掌握心理学，我们将这本书分为上、下两篇，上篇集中介绍心理学一些重点概念和研究领域，下篇则选择的是人们在一些主要生活领域所涉及的心理问题。我们相信，如果广大读者读了这本书，就等于掌握了心理学这把科学之钥，就可极大地预测出人们在社会生活的各个领域可能产生的种种心理现象和动机，以利于对人们进行积极地心理疏导，以保障人们在受教育、工作、消费、恋爱、为人处世、身心健康等各方面等到健康发展。

# 《一口气读遍心理学常识》

## 作者简介

张弛，资深畅销书策划人。祖籍辽宁，北京师范大学文学学士，曾在美国学习工作。从事出版行业多年，致力于心理学在大众心理健康和商业应用方面的模式创新和产业化发展，倾情打造的极具实用价值和趣味性的心智财富开发系列图书，深受读者欢迎。

## 书籍目录

### 上篇 心理学理论基础

#### 第一章 心理学概述

心理学产生的背景

心理学的发展

心理学的三大特征

心理学的任务和意义

人类心理的产生

个体心理是如何发展的

影响个体心理发展的因素

心理特点

心理学的研究方法

#### 第二章 心理学的研究领域

动机与人的行为的关系

人的动机是如何产生的

几种重要的人格结构

人格结构的基本因素

逆反心理

心理学研究的重点

人的感觉与知觉

群体心理

从众

情绪是重要的心理过程

意志影响事情的结果

必须予以关注的学习动机

掀开心理学的面纱

#### 第三章 心理学的基本常识

注意

意识

健康人格及其标准

睡眠与梦

表象

想象

神经系统

脑的结构和功能

心理异常

人际认知

人格障碍

人际交往

#### 第四章 心理学的分类

普通心理学

健康心理学

教育心理学

管理心理学

社会心理学

应用心理学

工程心理学

实验心理学

发展心理学

认知心理学

下篇 心理学应用常识

第五章 社会心理学

暗示感应心理：行为易受暗示的影响

感动心理：想到理解让人际关系更和谐

求安心理：每个人都恐惧倒霉的事惹上身

近乎心理：彼此熟知的人之间更易办成事

偏见心理：让人出现误判的始作俑者

挣缚心理：每个人都不愿被束缚

虚浮心理：从众很容易让自己做出违心之事

笃信心理：看到的不一定是真实的

负压心理：不让心灵负重

第六章 消费心理学

焦急心理：选购一些小玩意比干等着强

自主心理：消费者厌烦商家的主动推销

占便宜心理：不是让利而是让顾客感到了让利

受尊重心理：满足顾客当上帝的愿望

害怕受骗心理：用承诺消除顾客的疑虑

事已至此认了心理：一点一点地加价

求廉心理：实惠一点也是实惠

上当心理：要让顾客掏钱先喂其定心丸

讨实底心理：让客户有砍价的满足感

不好意思心理：让顾客觉得该掏点钱了

为煽情所动心理：为感情消费

第七章 行为心理学

赌气心理：赌气有时是一种向上的激励

凡事无所谓心理：过于轻松更容易毁掉自己

不认输心理：自己永远正确的心理要不得

疑虑心理：让人做所有事都不完全放心

积极心理：有了目标就主动出击

抱怨心理：让自己永远生活在郁闷之中

易受暗示心理：人们更容易受消极事态的暗示

表现心理：每个人都有彰显所爱的心理

躁动心理：没有人能像真木偶一样

憋不住气心理：不要把坏情绪传染给别人

第八章 职场心理学

能力被肯定心理：做一个善解人意的管理者

灰色心理：让你在同事中受到冷落的主要原因

自卑心理：相信自己也是优秀的

幼稚心理：要善于读懂上司的潜台词

好胜心理：让自己永远与压力相伴

渴望赞美心理：每个人都希望自己的能力得到认可

渴望关注心理：好员工是在被关注下成长的

恃功心理：下属感觉不受委屈工作则更有劲

趋利心理：无利任何人不会起早

感恩心理：要善于利用员工的正能量

反省心理：给人以重新判断的机会

愿景心理：要不断地给人以希望

自主心理：尊重是回报率最高的投资

担心遭致非议心理：做事别太瞻前顾后

### 第九章 情感心理学

越熟悉越喜欢心理：恋人间不能有太大的鸿沟

恋旧心理：心里有的就不容易抹去

不落地心理：生活越好越担心失去

扭曲心理：心理扭曲是婚姻关系的潜在威胁者

渴望依附心理：婚姻中应培养健康的依附关系

对眼心理：情人眼里出西施

平衡心理：平衡是幸福婚姻的保险

厌烦唠叨心理：唠叨是幸福婚姻的腐蚀剂

猎奇心理：错把婚姻当围城

### 第十章 健康心理学

完美心理：求全的生活不快乐

不甘落后心理：要理性地去缩短与人的差距

因软弱而自卑心理：让人缺乏奋进的勇气

嫉妒心理：身心健康的最大敌人

趋乐心理：做自己喜爱的事最陶冶身心

焦虑心理：焦虑是健康的主要杀手

盲目心理：只知苦干不知享受

希望心理：善于从迷茫中找到前进的路径

要出气心理：生气是导致身心健康失调的颤音

背包袱心理：负重的人生是快乐不起来的

# 《一口气读遍心理学常识》

## 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](http://www.tushu000.com)