第一图书网, tushu007.com

<<从“心”生活>>

图书基本信息

书名：<<从“心”生活>>

13位ISBN编号：9787505428720

10位ISBN编号：7505428721

出版时间：2011-10

出版时间：朝华出版社

作者：王新波，单洪雪 编著

页数：242

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

你可能听说过温水煮青蛙的故事，但青蛙果真会在温水中慢慢失去知觉以致死去吗?
从相识到相知，从相知到相恋，从相恋到相守，从相守到相离，你知道这其中的奥秘吗?
你可能听说过诺曼底登陆的故事，但你知道盟军打败希特勒所用的心理战术吗?
失眠的时候很多人会数绵羊，但这一招真的管用吗?
怎样做一个称职的家长?如何在职场从容打拼?哪样的心理测验才是可信的?

第一图书网, tushu007.com

作者简介

王新波，北京师范大学心理学院博士，中央教育科学研究所心理与特殊教育研究中心心理健康研究室主任，中国心理学会会员，北京市社会心理学会会员。
曾发表心理学类专业论文数十篇，参编心理学著作多本。

<<从“心”生活>>

书籍目录

基础篇 揭开面纱睹真颜
1. 幸福的追寻，价值的追问
2. 复杂的人，复杂的“心”
3. 心脏能思考吗?
4. 皇帝的“金镰刀”
5. 踏在前人“脸”上的学科
6. “毛茸茸”：可爱，还是可怕?
7. 人类自尊遭受的第三次打击
8. 回归人类的尊严与价值
9. 避开一切纷扰真的美好D-B?
10. 感觉“变色龙”
11. 比出来的“心”感受
12. 滞后与跨越的趣味感觉
13. 娇媚的豌豆公主
14. 知觉大揭秘
15. 眼见一定为实吗?
16. 未见一定为虚吗?
17. 亦真亦幻的艺术
18. “过目不忘”并不难
19. 记必有法，记无定法
20. 舌尖现象
21. 神秘依然的记忆世界
22. 脑筋急转弯的奥秘
23. 苹果与万有引力定律
24. 啊哈体验
25. 海鸥也能当雷达
26. 梦游是怎么回事?
27. 梦境是怎么回事?
28. 一心可以二用吗?
29. 好玩的“鸡尾酒会效应”
30. 你能用红笔写出蓝字吗?
31. 欲望金字塔
32. “猪坚强”给我们的启示
33. 谁为八戒平的反?
成长篇 人情练达乐其间
职场篇 游刃职场并不难
测量篇 量量心理长与宽
健康篇 心理养生与保健

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

基础篇 揭开面纱睹真颜　　1．幸福的追寻，价值的追问　　人穷极一生的目标就是力图摆脱痛苦、烦恼和虚无感，追求幸福、快乐和价值感。
但现实却并不能尽如人意，甚至充斥着悖论。
看一看文学家、哲学家们对人生的总结吧：有人说“人生就是一场悲剧，在自己的哭声中来，在别人的哭声中去”；有人说“人生是短暂快乐连起来的痛苦过程”；有人说“人生的痛苦有两种，一是欲望不能满足，二是欲望得到了满足”。
　　于是，人为了避免荒谬感而不断努力奋斗，竭力拼争以获取各自心目中认为的幸福之源：有人追求票子、房子、车子、裙子；有人追求名子（名望）、位子（地位）、帽子（权力）、魅力因子（青春）。
但一项调查却发现：越有钱的人越痛苦，学历越高越痛苦，地位越高的人越痛苦，越年轻的人越痛苦。
哦，人是多么奇怪的动物！　　不过，静下来想一想，这确实是一个大问题。
获得的快乐似乎总是短暂的，而痛苦却似乎是无穷无尽的。
特别是我国改革开放30多年来，社会经济水平获得了突飞猛进的发展，人民生活水平发生了日新月异的变化。
但物质财富的增加，并没有带来生活幸福感的同步提升。
社会发展了，生活改善了，人却不快乐了。
现代生活高压力、快节奏、激变化之下，人们在通过奋斗换来身体健康的保证之后，还需要同等重视心理健康，这样幸福的概念才能完整。
也就是说，物质生活条件的提高与精神生活的提升之间既不是正比的关系，也不是自然过渡的关系。
要想在幸福追求和价值追问中不致迷失，就必须有科学的心理学为人们的精神家园服务。
　　……

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