

<<我的第一本心理学>>

图书基本信息

书名：<<我的第一本心理学>>

13位ISBN编号：9787510400094

10位ISBN编号：7510400090

出版时间：2009-1

出版时间：郝强 新世界出版社 (2009-01出版)

作者：郝强

页数：308

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>

## <<我的第一本心理学>>

### 内容概要

你总是在试图了解别人，可是你真的了解自己吗？  
每个人的性格都并非完美无缺，了解根源所在才能避免犯错。  
我们的幸福是要靠自己用心经营的，你需要尽早明白某些心理知识。  
《我的第一本心理学》力图把那些深奥的心理学理论用深入浅出的语句讲述给你，并且配上相关案例，帮你更加深入地理解那些更深层次的东西，让你生活得更明白、更理智。

## <<我的第一本心理学>>

### 书籍目录

第一章心理学探秘——心理学的起源和发展灵魂之科学——心理学心理反应的物理解释心理学发展的三大里程碑关于心理学的分类心理学的任务心理学与生活第二章走近心理学——感受丰富的心理世界为什么人总爱一条路跑到黑为什么人总喜欢模仿别人为什么人会拒绝成长为什么进城容易出城难为什么小问题会长大为什么环境会影响人为什么人人渴望被尊重第三章情绪心理学——呵护好心灵再出发识别恐惧，然后自我消除克服压抑，释放消极情绪摆脱无聊，用方法来治疗生来害羞，后天努力改变知足常乐，卸下心理负担保持童心，生活变得快乐走出自卑，重现自信人生停止抱怨，改变你的心情第四章职场心理学——充满激情的竞技场初涉职场，要敢于“亮剑”打败工作中的挫折九型人格：学会区别不同的人把优势发挥到极致应对老板的黑色情绪树立一个独立完整的“自我”职场减压的九个妙招对于工作，你倦怠了吗第五章管理心理学——卓越领袖的必修课管理心理学，领导者的课题如何提高决策效率和员工保持最佳的距离得寸进尺，提高组织业绩驭人有术，攻心为上苛希纳定律：为你的企

<<我的第一本心理学>>

编辑推荐

《我的第一本心理学》由新世界出版社出版。

<<我的第一本心理学>>

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:<http://www.tushu007.com>