

<<别说你懂心理学>>

图书基本信息

书名：<<别说你懂心理学>>

13位ISBN编号：9787511321244

10位ISBN编号：7511321240

出版时间：2012-6

出版时间：中国华侨出版社

作者：陈浩 著

页数：278

字数：300000

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>

## <<别说你懂心理学>>

### 内容概要

不同的人有不同的心理，心理决定着一个人的想法，也决定着一个人的行为。同样的事物，对不同的人来说，他们的感觉是不一样的，因为他们的心理活动不一样。

心理学与我们的日常生活是紧密相连的，心理学隐藏在生活的表象之下，支配着人们的行动。要知道，每个人行为的背后都有深层次的心理奥秘。在人们的认识领域里，心理学总是被蒙上一层神秘的面纱，认为心理学深不可测，认为心理学离我们的生活很遥远。实际上，心理学就在我们身边，只是由于我们没有停下来思考生活中的心理现象，更没有去总结，才使得我们对心理学感到很陌生。

关于我们的心理世界，有很多神奇的法则，这些神奇的法则就像无形的引力一样，在人们生活的这个多彩多姿的世界中，不停地发挥魔力，左右着人们的生活——有人成功，有人失败；有人消极，有人乐观；有人欢喜，有人忧愁；有人感觉在天堂，有人认为身在地狱……

掌握一定的心理学知识，可以使你与别人的交往变得顺利。也许，你还能由此成为游刃有余的社交高手。不仅如此，你还会发现以前未曾了解的真实自我，从而进行自我启发。总之，心理学是一门非常有趣又实用的学问。

### #精彩阅读推荐#

正能量——正向心态带来非凡的成功（畅销珍藏版）（改变全世界10亿人生活及命运的神奇力量。不可思议的有趣启示，有求必应的美妙体验！  
比尔盖茨、巴菲特、乔布斯、奥巴马、马云、柳传志等人都是此书受益者！  
）

## <<别说你懂心理学>>

### 作者简介

陈浩，中国总裁网金牌培训师、国际职业培训师行业协会特约理事、国家中小企业银河培训工程注册培训师。

部分荣誉：2006年中国十大培训师、2007年五星级高级国际职业培训师、1978—2008年中国企业教育培训50强培训师、2009年最具影响力实战派专家。

畅销作品：《工作就意味着责任》、《职业精神》、《做最好的管理者》、《做情绪的主人》、《管人管到位》等。

服务过的企业：石药集团、中国石油、富贵鸟矿业、巨东集团、可口可乐、国家电网、粤电集团、平安健康集团、太钢集团、乐仁堂药业、北京猫王家具、智海集团、中国兵器、中原油田、博锐生物、兴隆控股、同煤集团、戎子酒庄、琪尔康保健、中国烟草、浦发银行.....

主讲课程：《别找借口找方法》、《从优秀到\*\*\*\*的三次蜕变》、《执行力》、《工作就意味着责任》、《带好团队管好人》、《做最好的管理者》、《如何有效辅佐上司》、《管理者魅力演说》、《职业精神》、《职业生涯6天突破终极》等。

## &lt;&lt;别说你懂心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第一章 认知心理学：心理学是我们看清自己的眼睛

- 巴纳姆效应：人贵在自知，难在自知
- 酝酿效应：静心酝酿，让灵感迸发
- 重叠效应：“熟视”容易“无睹”
- 控制错觉定律：我们总是会“自信地犯错”
- 三分之一效应：看似第一的东西，不一定是最好的
- 手表定律：更多标准会让你无所适从
- 反映法则：外在世界反映你的内在真实
- 韦奇定律：你很容易被别人左右
- 非理性定律：人其实都是感情型动物
- 过度理由效应：少一点理所当然的猜想
- 皮尔斯定理：意识到无知，是知道的开始
- 晕轮效应：管中窥豹未必准，以偏概全要不得

## 第二章 社交心理学：交“人”重在交“心”

- 首因效应：不可忽视的第一印象
- 近因效应：最近的印象很重要
- 约哈里窗户理论：恰如其分地暴露自己
- 焦点效应：每个人都希望成为焦点
- 相悦定律：喜欢引起喜欢
- 沟通位差效应：没有平等就没有真正的沟通
- 改宗效应：好好先生做不得
- 多看效应：见面时间长，不如见面次数多
- 刺猬法则：距离产生美
- 犯错误效应：不完美的人更受欢迎
- 宽容定律：退一步海阔天空

## 第三章 生活心理学：日常琐事带你走入心理世界

- 雪中送炭定律：远远胜过锦上添花
- 瓦伦达效应：专注于事情本身，不患得患失
- 蔡戈尼效应：掌控自我，享受平衡生活的乐趣
- 踢猫效应：别成为坏情绪的传递者
- 习惯效应：习惯是一种惊人的力量
- 自己人效应：自己人，一切好商量
- 异性相吸定律：男女搭配，干活不累
- 自我参照效应：人们都会关注与自己有关的事情
- 不值得定律：不值得做的事情，就不必去做
- 蝴蝶效应：不可忽视的连锁反应
- 自我批评定律：道歉更容易获得别人的原谅

## 第四章 职场心理学：心态是工作中的软实力

- 避雷针效应：能疏善导，化解职场矛盾
- 蘑菇定律：职场新人要学会低调处事
- 竞争优势效应：只有合作才能双赢
- 毛毛虫效应：领导期待你说“NO”
- 老鹰效应：发光要趁早，至少要让别人知道你行
- 螃蟹效应：共同进退，才是发展之道
- 共生效应：学会借助别人的大脑

## <<别说你懂心理学>>

缄默效应：犯了错，沉默就是错上加错

链状效应：在办公室，想叹气的时候就微笑

拆屋效应：不要拒绝看起来很难完成的任务

### 第五章 管理心理学：知“心”者治人，不知“心”者治于人

南风法则：管理，温暖胜于严寒

例外定律：该放手时放手，该授权时授权

华盛顿合作定律：团队合作不是简单的人力相加

酒与污水定律：莫让“害群之马”影响团队发展

苛希纳定律：用人之妙不在多，而在精

表率效应：以身作则，一呼百应

参与定律：参与是支持的前提

雷尼尔效应：用“心”留人，胜过用“薪”留人

破窗效应：千里之堤，溃于蚁穴

奥格威法则：驾驭强人，成就自己

### 第六章 教育心理学：教子有“心”，自然有“方”

詹森效应：教会孩子用平常心对待得失

蔡戈尼效应：调动孩子渴求度，让孩子念念不忘

角色效应：孩子应扮演他自己的角色

心理疲劳定律：孩子有时也会“心累”

动机适度定律：给角色压力一个出口

情绪判断优先原则：先处理情绪，后处理事情

期望定律：期望是一种有效的“指挥”

厚脸皮定律：孩子也有自己的“面子”

跨栏定律：不经历风雨，怎能见彩虹

超限效应：物极必反，过犹不及

瓦拉赫效应：找到发挥自己潜能的优势方向

### 第七章 爱情心理学：悉心经营，用心才能赢得爱

罗密欧与朱丽叶效应：一定要坚信阻力之下的爱情

幸福递减定律：爱情保鲜需要不断制造新鲜感

婚后沉默心理：不要让婚姻变成爱情的坟墓

路径依赖定律：开始的选择决定着未来的幸福

淬火效应：火热爱情冷处理

沉没成本效应：爱得起，放得下

延迟满足定律：得不到的就更加爱

麦穗效应：不求最好的他（她），但求最适合的他（她）

博萨德定律：距离越远，爱情越浅

吸引力法则：指引丘比特之箭的神奇力量

互补定律：各有所长，互相吸引

布里丹毛驴效应：真爱一个人，就不要优柔寡断

### 第八章 幸福心理学：叩开心门，幸福其实并不难

因果定律：任何一种结果的出现，都不是偶然的

古特雷定理：把大梦想分解成一个个的小梦想

杜利奥定律：用热情为生活开一扇窗

酸葡萄效应：可望而不可即时，请学会自我安慰

史华兹论断：“幸”与“不幸”，全在于你

平常心定律：以平常心观不平常事，则事事平常

贝勃定律：珍惜多少，才真正拥有多少

## <<别说你懂心理学>>

野马结局：不生气是一种修行

拍球效应：压力要有，但也别太多

迪斯忠告：活在当下最重要

兰德定律：看开，想开，烦恼自然走开

第九章 成功心理学：“心法”才是真正的“方法”

布利斯定律：事前想得清，事中不折腾

洛克定律：目标既要有，又要可行

贝尔效应：有了成功的信念才会成功

飞轮效应：不要害怕开始的困难，挺住就是胜利

最后通牒效应：设定最后期限，你的效率会更高

蜕皮效应：成长就是不断地超越自我

冰激凌哲学：逆境里的磨炼

“懒蚂蚁”效应：傻干没用，你得先学会思考

比伦定律：失败也是一种机会

基利定理：失败乃成功之母

杰奎斯法则：不要试图一口气吃成胖子

保龄球效应：成功始于定位

## <<别说你懂心理学>>

### 章节摘录

《别说你懂心理学》重叠效应：“熟视”容易“无睹”我们都知道，识记两种相似的事物，很容易将其混淆，甚至会将二者遗忘。

这是为什么呢？

心理学家柯勒把这种现象命名为“重叠效应”。

他认为：“内容相同的东西重复出现时，因为这些东西的性质相同，就会产生互相抑制的反应，从而互相干涉，让人容易遗忘。

”“老总，对不起，对不起。

”江文一个劲地向上司道歉。

是什么引起上司的“暴怒”呢？

这一切源于江文犯了由心理学上所说的“重叠效应”引发的大忌。

文件A和文件B相似却不同，虽然有前辈告诫江文不要同时整理这两份文件，但是江文信心满满地说：

“只要我认真些，仔细点，肯定出不了差错。

”结果呢？

事情并没有向江文预期的方向发展，只是短短的一个小时，文件A和文件B就“混熟”了，两份文件“如胶似漆”地混在一起，难合难分……最终，老总望着这个难以收拾的“烂摊子”愤怒异常。

与其说江文是重叠效应的受害者，不如……

## <<别说你懂心理学>>

### 编辑推荐

《别说你懂心理学》编辑推荐：在人们的认识领域里，心理学总是被蒙上一层神秘的面纱，认为心理学深不可测，认为心理学离我们的生活很遥远。实际上，心理学就在我们身边，只是由于我们没有停下来思考生活中的心理现象，更没有去总结，才使得我们对心理学感到很陌生。



<<别说你懂心理学>>

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