

可怕的心理學2



[可怕的心理學2_下载链接1](#)

著者:植木理惠

出版者:广东旅游

出版时间:2013-6

装帧:平装

isbn:9787807664963

当下的你，或许烦恼缠身而自卑无斗志，或许怕与人打交道而纠结不已，或许被爱情折磨而遍体鳞伤，或许为婚姻的各种矛盾而绞尽脑汁，或许为玩不转职场而郁郁不得志…
…

为什么会有这么多烦恼？就在于看不透人心，理不顺各种人际关系！风靡日本的读心术教你3分钟看透人心，了解真正的自己，看透他人真正的内心！作者从自身、交流、恋爱、家庭、职场五个主题切入，细数了生活和工作中的各种烦心事，从心理学的角度进行剖析和解读，提出了简单实用、方便有效的解决之道。

早一点读本书，早一点看透人心——其实人心没那么可怕！

作者介绍:

植木理惠（UEKI RIE）

1975年生，在东京大学研究生院教育心理学系肄业后，以日本文部科学省特别研究员的身份进行心理学的实例研究。获得日本教育心理学会中最难获得的“城户奖励奖”“优秀论文奖”，并因其是历史上最年轻的获奖者而崭露头角。现任庆应义塾大学理工学部讲师，东京都内综合医院心理咨询师。

著有《看上去不再不可思议——真正易懂的心理学》《没有识人眼力的人》《招人喜欢的技术》《想要变忧郁的病》等，并以心理评价家的身份在富士电视系列节目《真的吗？TV》中出场。

目录: Part1 自我发现篇

你会一个劲儿地挑别人的毛病吗？
在抱怨“明明都已经这么努力了”之前
是否把什么事都与他人进行比较？
仅仅追求报酬或别人的评价是无法成长的？
你认为总是冷静处事看起来才酷吗？
有没有只顾坚持自己的主张一个劲儿否定别人呢？
头脑一片空白时的应对方法
总是把事情往坏的一面想
该如何忘记想忘掉的事情呢？
为了装帅而对对方撒谎
你有没有炫耀自己的不幸呢？
无法从缺乏上进心的生活中脱身
无法产生同情心，冷血的自己
你有没有一味羡慕别人呢？
你是否对看不到未来的自己感到厌烦呢
过去的失败又发生了，陷入了情绪低落中
你是否深信自己“不行”呢？
能抓住幸福的人和不能抓住幸福的人
为什么人们会冲去抢购呢？

Part2 交流篇

你能够操纵别人吗？！
终极的赞美技巧
在对话中制造机会的“消极的自我展示”
如果能勉强自己找出对方的长处就能喜欢上别人
只围绕自己说话的人没有朋友？
让上司接受意见的会议技巧
不会伤害到对方的“视线”

丧家犬的翻身大作战

Part3 恋爱篇

如果想遇上崭新的恋情，就去危险的地方！？

什么词句能点燃对方的心？

一口气接近意中人的绝招

拉近与对方之间距离的短信技巧

为什么荆棘险阻越多 恋爱就越发燃烧呢？

人类的价值观只有三种？

用一句话让对方觉得“下次还想见面”

如果用爱情浇灌 能力就会开出花朵？

为什么职场性骚扰无法消失呢

嫉妒心过强是脑子有问题吗？

Part4 家庭・育儿篇

为什么你会对丈夫的言行产生“男人怎么这样……”的焦躁情绪呢？

烦躁的时候 马上就设法转换心情吧

给疲惫的丈夫以新的刺激！

站在远处批评丈夫 站在近处感谢他

孩子不是你的“所有物”

你的“公园亮相”要从“自我展示”开始

在对多嘴婆婆发火之前应该考虑的事

迁怒家人是危险信号！

对一心只扑在孩子身上的妻子感到不满？

如果无法再把妻子（丈夫）当作异性来考虑……

感到自己与孩子之间的关系淡薄吗？

觉得无法腾出自己的时间

Part5 商务篇

成功的秘诀在于如何抓住失败！

用“点头同意”来增加信心

和有百害而无一理（译注：原文如此）的嫉妒心相处的方法

不断道歉的行为不能成为你的依靠

写给一个劲儿叹息业绩规定太严苛的你

如果寻找一下惹人嫌上司的优点的话……

面对上司的压力消除法

提不起劲儿来工作的时候

在抱怨被分配的工作无聊之前

为了能让自己的发言顺利通过而需要留心注意的事

让部下倾慕自己的心理战术

职员升迁的秘诀是拍马屁？

从部下的寒暄和回话中推测他的内心

• • • • • ([收起](#))

[可怕的心理學2_下载链接1_](#)

标签

心理学

植木理惠

日本

读心术

2014

心理

科普

轻阅读

评论

还蛮有意思的，书还不错，名字太夸张

优点是把心理学翻译成了温柔的中文

标题党，其实只是味精勾兑的小碗装心灵鸡汤。好在是Free Kindle+Subway Hour，不心疼。

特别典型的日本书，基本上是由纯净水构成的，不值得为此花费任何时间和金钱

内容不多，实质性的东西更少。

随便翻翻，一小时内看完就够

然并卵，鸡汤

额，地铁上随便翻翻还是好的，全书没有太多亮点，但好在通俗易懂，日语译文的调调很是软侬，适合初级科普君们~唯一败笔的可能就是这个可怕的书名吧，哇咔咔~

标题党。内容大部分是随处可见的东西

标题党啊标题党，其实本书主要讲的是怎么处理好人际关系，包括恋人之间，上司之间，父母子女之间的。一方面，解释了可能出现的心理障碍是怎么来的，另一方面，解释了怎么改变自己的心理困境，更好的迎接机会和挑战。每节后面有小结，每章后面有总结，薄薄的一本小书，用来打发时间最好了

不知道可怕两字从何而来。内容上没什么太新鲜的，不过倒是够科普。刷下来没什么困难，中文读起来很流畅。

超级大烂书，浪费时间

常识性的科普读物还可以出书呢

书名是典型标题党，书面设计也是配合书名哗众取巧，没有什么“可怕的”，只是普通的调节心态的心理文章，还比较快餐式。当然，这不能怪作者，出版商的营销手段而已。
。

只有爱自己才会爱别人。把大目标分散成小目标会更容易达成。很小的进步也要给自己奖励。

写得不好。

好讨厌这种书……

pinpincoucou yibenshu

完全没有新意，纯粹的快餐书籍

[可怕的心理学2_下载链接1_](#)

书评

说实话，这本书写的真的很一般，完全没有什么新意，说是一本科普书还可以，仅仅简单的介绍了一下生活当中应该注意什么，生活、工作、感情等等。但是过于教条了，把人当成一个简单的应激反应的生物，如果真的按照里边所说的去做的话，估计所有的人都会觉得这样的人很怪异，我觉...

[可怕的心理学2_下载链接1_](#)