

女人心理全攻略



[女人心理全攻略_下载链接1](#)

著者:上官文姝

出版者:中国纺织

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787506463058

《女人心理全攻略》内容简介：女人是感性的，相对于男人而言，女人更需要了解自己

、了解他人，所以女人要懂心理学，要用心理学来指导自己的生活。《女人心理全攻略》从心态、自我提升、职场、社交、爱情、家庭等方面，有针对性地详细剖析了各种常见的心理现象和心理效应，通过大量的案例深入浅出地讲解了心理学对女人工作和生活的影响。通过阅读《女人心理全攻略》，女性朋友们将能掌握各种心理技巧，从而收获美好的人生。

作者介绍:

目录:第一章 阳光心态，女人要有“心”的完美世界 情绪定律：好心态的女人才好命
杜利奥定律：拥抱热情才能拥有快乐 巴纳姆效应：女人要摆脱情绪化
“乐观—悲观”效应：生命因乐观而精彩 摆脱抑郁：找回久违的轻松
克服焦虑：揭开笼罩美好生活的阴云 寂寞空虚定律：女人岂能无“闺蜜”
鸟笼效应：不要被无谓的烦恼所累 心静如水：平和豁达的女人最幸福
释压原则：女人的幸福，别被压力挤走 随遇而安原则：女人不可过于苛责自己第二章
自我提升，女人不是弱者的代名词 布利丹效应：别让优柔寡断找上你
重复定律：女人更要有定力 詹森效应：关键时刻别让自己发挥失常
坚信定律：苦难背后会有更大的幸福 挫折必然定律：坚强无法被征服
抛开依赖：女人一定要自立 韦奇定律：要有坚不可摧的梦想
跳蚤效应：别给自己的人生高度设限 借势原则：让婚姻助你实现梦想
野心心理：做不一样的自己 约拿情结：我是女人，但我无所“畏惧”第三章
打造形象，女人有美丽更要有魅力 体貌效应：形象是女人至关重要的资本
首因效应：人最难忘的是第一印象 晕轮效应：散发你的强力磁场
杜根定律：自信是最美的名片 知性原则：腹有诗书气自华
微笑原则：微笑的女人最美丽 蝴蝶效应：细节彰显女人“魅”的灵魂
智慧原则：智慧是一种独特的美 高贵原则：钱少一样做优雅女人
齐氏效应：偶尔做回“懒女人”第四章 遇见爱情，选准命中的那个Mr. Right
适当疏远原则：爱要有最适当的距离 时机原则：为爱情选择一个最佳时刻
同理心原则：其实我一直都懂你 延迟满足定律：即使爱也别急着去同居
错误即止定律：不因恋爱不聪明 拒绝原则：离优秀的已婚男人远一点
大智若愚原则：聪明女人糊涂点 “1+1>2”效应：金钱和爱情，我们都想要
超限效应：将“半糖主义”进行到底 示弱效应：适当示弱的女人惹人疼
忌妒心理：不做醋坛子，但要适时表醋意 淬火效应：欲擒故纵能够出奇制胜
沉没成本效应：放手远去的爱第五章 守护家庭，守护生命中的幸福
幸福递减定律：婚结了，情不能淡了 宽容原则：做他宽容的娇妻
枷锁效应：别给婚姻戴上镣铐 理性原则：当丈夫有了婚外情
环境与心理：营造和谐温馨的家庭氛围 感恩心理：感谢每一位家庭成员
空巢心理：把关心真正送到父母的心里 婆媳关系原则：女人何苦为难女人
情绪梳理原则：为孩子包扎心灵的伤口 禁果效应：把握子女的成长规律
瓦拉赫效应：开启孩子的智慧之门第六章 步入社会，女人要做交际场上最美的风景
恐惧心理：远离社交恐惧的羁绊 亲和效应：拉近与周围人的距离
卢维斯定理：让谦虚的心为人生护航 幽默效应：幽默的女人人见人爱
瀑布效应：女人言行要靠谱 “六度分离”理论：你也可以认识“希拉里”
情境同一性：创造与对方共鸣的情境 异性效应：找个“蓝颜”做知己
自我暴露原理：分享你的秘密 相悦定律：异性的赞美无往而不利第七章
征战职场，职业女性也闪亮 目标定律：女人比男人更需要目标
注意力法则：成功获取他人注意 不要“鹤立鸡群”：不做。职场女明星”
刺猬效应：不可过远，也不可过近 职业倦怠：不要变成“职场木乃伊”
路径依赖：女人也怕入错行 快乐法则：行走职场要快乐 沟通原则：主动去敲上司的门
下坡容易定律：职场丽人，向上、向上 叶克斯一道森定律：适度压力有利工作
管理“猴子”：学会拒绝，勿求尽如人意第八章 涉足销售，成为销售女王
尊重心理：善于“倾听”的女人更受欢迎 沸腾效应：反复刺激客户的购买兴趣点
反动心理：重视嫌货的买货人 皮格马利翁效应：让客户感受到你的热情

微小让步定律：以退为进。促成交易 苏格拉底说服法：让客户多说“是”
价格定律：客户属于会定价的人 换位思考定律：运用女人特有的善解人意
证人效应：有人比你更具说服力 陈列效应：用完美的商品陈列吸引客户第九章
经营管理，当女人成为女上司 柔性原则：施展职场丽人的温柔一刀
互惠互利原则：让合作与竞争一起微笑 破窗效应：及时制止小错误的发展
权威效应：是女人，也是上司 高处不胜寒：女主管的为人处世之道
批评适度原则：女上司的柔性批评策略 平等需求：平等是最容易被感知的尊重
彼得效应：做知人善任的女版“卡耐基” 品牌效应：打造你的升迁品牌
平衡原则：从容地走在人生的平衡木上
· · · · · (收起)

[女人心理全攻略_下载链接1](#)

标签

心理学

爱情

0

评论

上官文姝老师的作品。只能说，女人心，海底针，一个“懂”字谈何容易

[女人心理全攻略_下载链接1](#)

书评

[女人心理全攻略_下载链接1](#)