

《取悦者的解析》

图书基本信息

书名：《取悦者的解析》

13位ISBN编号：9787121202605

10位ISBN编号：7121202603

出版时间：2013-6

出版社：电子工业

作者：凯文·莱曼

页数：356

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《取悦者的解析》

内容概要

女性大都在附和他人给予的指导，这是历史的传承，也是她们内心的一种心愿“让每个人都能幸福地生活”。但是，当他人因为女性的附和而感到满意的时候，是否有考虑过女性自己的幸福呢？这本由畅销书作家凯文·莱曼博士撰写的励志作品告诉了女性如何找到自己的同时、表达自己的想法、保持自己的个性。

《取悦者的解析》

作者简介

凯文·莱曼（Kevin Leman）博士是国际知名的心理学家、作家、广播电视名人和演说家，用自己的睿智与常识心理学知识为世界各地的观众与听众提供帮助，带来快乐。凯文·莱曼是一位畅销书作者，在美国著名的“关注家庭”服务机构中担任咨询医生，并经常受邀在多个广播电视节目中担任嘉宾，包括“奥普拉脱口秀”、“里吉斯和凯利脱口秀”、“早间秀”、“今日秀”、保拉·萨恩主持的“美国之晨”、“700俱乐部”以及芭芭拉·沃尔特斯主持的“视野”等。此外，莱曼博士还是“早安美国”节目的家庭心理问题顾问。莱曼博士是电视节目“真实家庭，com”的创始人之一，也是“白头偕老”的创始人与主席，这一组织的创办旨在帮助夫妻维持幸福的婚姻。莱曼博士著有21本畅销书，包括：《出生顺序新论》《爱女儿爱爸爸》《自信一生的保险：孩子的成长方案》《性爱始于厨房》《女人的压力处方》《出生顺序论》《如果你不够出色》《做称职的父母》《做白头偕老的夫妻》《老爸带来什么不一样》《搞懂男人》《青春期不是终点——只是感觉有点像》《在出错的世界维持家庭美满》莱曼博士为多个机构提供服务，包括美国心理协会、美国广播电视艺术家联盟、国家心理健康服务提供者登记处、北美阿德勒心理学学会等。莱曼博士在诺斯帕克学院任教。他在亚利桑那大学获得心理学学士学位，之后又在该校取得硕士与博士学位。他与家人以前居住在纽约州威廉斯维尔镇，现在住在亚利桑那州图森。

《取悦者的解析》

书籍目录

第一部分

取悦者的肖像 / 01

第1章你是哪一种取悦者 / 02

第2章你身体里面的小女孩 / 30

第3章为什么取悦者与排行无关 / 58

第二部分

为什么取悦者不能说不 / 93

第4章取悦者被贬低的自我形象 / 94

第5章生活中的内疚收集者 / 125

第6章取悦者，完美主义和安飞士
(Avis) 情结 / 154

第三部分

取悦者总想嫁得好，却经常嫁
得更差 / 185

第7章取悦者是飞蛾，控制者是火苗 / 186

第8章“亲密且私人”地观察控制者 / 215

第9章哪条路可以逃离控制者的沼泽 / 244

第10章驯化鳄鱼，排干沼泽 / 267

第四部分

积极取悦者的肖像 / 297

第11章运用“选择权”成为一个积极
的取悦者 / 298

第12章如何不带内疚地取悦你自己 / 317

注释 / 342

《取悦者的解析》

精彩短评

- 1、虽然以家庭为主，但有些道理在面对上司时可以通用。
- 2、以前我该做笔记了,鸡汤,目前好些了
- 3、有点偏见
- 4、讲的只是家庭中作为妻子作为母亲的女人

《取悦者的解析》

章节试读

1、《取悦者的解析》的笔记-第115页

相反，应该提高你的自我形象——你要认识到你究竟是谁，你可以做什么。

2、《取悦者的解析》的笔记-第124页

太多女人终其一生也没有能力去说不。这种无力的生活没有任何益处也不值得赞扬。当你有说不的力量时，你开始捍卫自己的权益，但是你不过是得到自己应得的尊敬你关心，这并不会剥夺或伤害其他人的利益。有了说不的力量，你可以得到一直渴望的互相尊敬。最好的一点是，说不的力量可以提高你婚姻的品质，让你更有能力去做一个好母亲，也能改善你其他的一些关系。

3、《取悦者的解析》的笔记-全书

值得自己付出的只有自己。

《取悦者的解析》

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:www.tushu111.com