

《心理控制方法》

图书基本信息

书名：《心理控制方法》

13位ISBN编号：9787540469846

出版时间：2015-1

作者：[美]麦克斯威尔·马尔茨（Maxwell Maltz）

页数：328

译者：洪友

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

《心理控制方法》

书籍目录

- 01 自我意象：让你由内而外地改变自己
- 02 唤醒你体内的自动成功机制
- 03 想象力：自动成功机制的点火开关
- 04 让自己从错误信念的催眠中苏醒过来
- 05 运用理性思考的力量获得成功
- 06 放松自己才能启动自动成功机制
- 07 你可以养成快乐的习惯
- 08 成功型性格是培养出来的
- 09 小心别激活你的自动失败机制
- 10 祛除情感伤疤，做次“情感整容”
- 11 释放你真正的个性
- 12 让你心情平静的镇静剂
- 13 如何化危为机遇
- 14 获得并保持一种胜利的感觉
- 15 让人生美好充实的秘密
- 16 真实的故事

《心理控制方法》

精彩短评

- 1、乐观，专注，帮助（不拒绝以及主动施与），避免走入我执，空虚以及对未来的盲目悲观猜测。幸福的源泉。
- 2、每天都在与心理斗争
- 3、单纯的想看看而已

- 4、全书花了一半吹嘘自我意象多厉害，另一半则塞满平庸琐碎的心灵鸡汤，至于读者最关心的心理控制法居然只字不提！作者居然用三百页篇幅写一本宣传小册子，想知道心理控制法如何操作，来，参加培训班。既如此吝啬就别出书吧！这分明是欺骗！
- 5、还没看完，强调自我暗示。
- 6、Mark了好久的姐夫李五分推荐之一，牺牲了两个晚上的健身时间才看完---用新的体系理解日常的繁琐困惑，帮助自己把日子过得美滋滋的，很棒
- 7、不知道为什么评分那么高，写得很笼统，没什么太大用处
- 8、值得读。不过相比旧版，删掉了每章末尾的练习非常不应该。
- 9、心理暗示的确有用，希望能积极地运用过好每一天！
- 10、精炼版总结：造物主通过提供一种内置创造机制来为我们的生活做好充分准备，使我们无论处在哪个时代都能成功地生活。通过自我意象想象力和足够的放松唤醒内在的机制，果断、不拖拉，不做外界奴隶。世界上没有天生正确或者错误的决定。我们做决定，然后让它变得正确。
- 11、还行吧，类似的书看过太多了，有点千篇一律的感觉
- 12、很多关于价值观的观点是自相矛盾的。。。
- 13、高三的时候读的，对我的帮助很大。缓解了压力吧，也给了我一些自信
- 14、很多都是我有过经历的
- 15、看这种书总是半信半疑。。。
- 16、有一本心里鸡汤
- 17、一个整形医生写的，真是行行出状元。对于自我认识，也是挺有启发性的。挺好的。

《心理控制方法》

精彩书评

1、“只要你够乐观，你一定会幸福”“只要你够努力，你一定能成功”……相比于空腹灌这些鸡汤，MAXWELL MALTZ还加入了不少自身经验和病人案例、以及切实可行的建议作为佐料，让积极的人生观来得充实一些。作为励志类的泛读书目，足可推荐。如果批判那些生活无忧的人“空谈积极人生”是站着说话不腰疼，那么失败人生的成功逆转，是否能让我们这些大众失去抱怨的理由？不幸福，只是因为沒有正确地看待自己罢了。P.S.个人认为此书内容翻译略有欠缺生硬，可能会影响部分章节阅读理解，但只要把握其中要义即可。

《心理控制方法》

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