

6个有趣实用的心理学小知识，一，女生喜欢和别人诉说自己的过去，如果男生能耐心听下去，他很快就会将对方当成恋爱的对象！2，玩游戏时，人的呼吸和心率会不自觉加快身体，因此也会消耗能量，所以平时适当玩游戏能帮助减肥！三觉得自己委屈时，可以去理发店洗个头，或者剪个新发型，可以调节情绪，抑制身体中抑郁症激素的分泌！4短期压力能刺激大脑中主管情感和学习能力的区域，让体内谷氨酸盐传播速度变快，提升学习能力和记忆力！5人类是唯一会在遇到尴尬事情时脸红的灵长类动物，犯错后会脸红的人，更能获得别人的谅解！6，想让婚姻变得更幸福，夫妻就要在工作之余平等地分担家务，这有助于夫妻下班后尽快使心情放松，缓解工作压力！