

<<心安是福>>

图书基本信息

书名：<<心安是福>>

13位ISBN编号：9787505944084

10位ISBN编号：7505944088

出版时间：2003-8

出版时间：中国文联出版公司

作者：董兴文

页数：305

字数：222000

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：<http://www.tushu007.com>

<<心安是福>>

内容概要

本书根据世界尤其中国人的心理实况，透彻、全方位、活生生地解读了心身健康的关系以及操作方法。它会告诉你，世界尤其是中国人的心理实况是多么复杂又多么触目惊心；为什么应将身心理解成心身；心身健康都是哪些主要内容；如何才能心身健康……凭着作者十余年大量的临床案例、扎实的心理学研究基础、丰富的文学素养、古典与最新的人物实例以及强烈的社会责任感，本书便成为了专为各个年龄段的中国人写的集知识性、纪实性、文学性、操作性、趣味性于一身的心理常识大全读本。

<<心安是福>>

作者简介

董兴文，祖籍甘肃陇西，生于湖南长沙，记者、编辑和作家；毕业于长沙明德中学和天津南开大学；后任北京人民广播电台高级编辑；1998年入载英国剑桥大学国际传记中心《人物辞典》：有著作若干种。

从二十世纪八十年代开始，致力于医学心理学的理论研究和心理咨询的应用研究

<<心安是福>>

书籍目录

序言开篇 面临挑战保健篇 战胜挑战 一 人生竞技 心理为上 二 复杂微妙 实实在在 三 果敢沉着 热情灵活 四 兵无常势 水无常形 五 喜怒之事 不可妄行 六 认知积极 感觉良好 七 君子坦荡荡 其乐何陶陶 八 三军不可夺帅 匹夫不可夺志 九 睁大两只眼睛 闭上一只眼睛 十 休戚相关 荣辱与共 十一 己所不欲 勿施于人 十二 难得糊涂 吃亏是福 新版后记

<<心安是福>>

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:<http://www.tushu007.com>