第一图书网, tushu007.com

<<首先学会爱自己>>

图书基本信息

书名：<<首先学会爱自己>>

13位ISBN编号：9787800735530

10位ISBN编号：7800735532

出版时间：2002-12-1

出版时间：中信出版社

作者：李·施内布利

页数：268

字数：174

译者：张燕玲

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

第一图书网, tushu007.com

<<首先学会爱自己>>

内容概要

本书的内容包括我知道，风雨已经过去了、感觉，只有感觉才是最重要的、鼓励的好处、顺其自然、我坠入了爱河、方式决定结果、了解自己、明天，太阳日常升起、就在此刻、我的四个欲求、秋千上的人们、事无必然、最后看一眼苹果等具体的详细内容。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

李·施内布利，资深心理健康咨询专家，尤其擅长婚姻、家庭和个人问题的咨询和建议，也是一位广受欢迎的演说家。
多次在美国举行全国范围的巡回演讲。

写作本书，对她来说也是其丰富、滋养自己的多种方式之一。

第一图书网, tushu007.com

<<首先学会爱自己>>

书籍目录

第一章我知道，风雨已经过去了
第二章感觉，只有感觉才是最重要的
第三章鼓励的好处
第四章顺其自然
第五章我坠入了爱河
第六章方式决定结果
第七章了解自己
第八章明天，太阳日常升起
第九章就在此刻
第十章我的四个欲求
第十一章秋千上的人们
第十二章事无必然
第十三章最后看一眼苹果

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

你是否套倦了迎合他人的要求却忽视自己的需求？
不用牺牲你的需求和欲望，你仍旧可以做一个关于付出而且细心的体贴的人。
著名的心理健康咨询专家李·施布利通过一个个富有见识的案例、富有实践意义的练习和具有可行性的建议，为你展示了一条走出日常生活困境的便捷之路。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

你是否套倦了迎合他人的要求却忽视自己的需求？
不用牺牲你的需求和欲望，你仍旧可以做一个关于付出而且细心的体贴的人。
著名的心理健康咨询专家李·施布利通过一个个富有见识的案例、富有实践意义的练习和具有可行性的建议，为你展示了一条走出日常生活困境的便捷之路。

第一图书网, tushu007.com

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