

<<解决人生难题心理咨询手册>>

图书基本信息

书名：<<解决人生难题心理咨询手册>>

13位ISBN编号：9787801063076

10位ISBN编号：7801063074

出版时间：2003-12

出版时间：中国线装书局

作者：周倩 编

页数：476

字数：340000

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>

## <<解决人生难题心理咨询手册>>

### 内容概要

现代生活越来越紧张激烈，人们往往处在一种高度紧张的状态之中，仿佛是上紧了发条的钟表一样，不停地运转。

所以，人们的心理压力已经到了极限，就会面临越来越多的人生障碍。

人生的问题有无数。

当然，心理的状况也是各种各样的，没有心理困惑的人生，是不可以想像的，也是根本不存在的。

在人生的战场上，所谓成与败，常常是对心理素质的考验。

因此，每个人都必须解决经常遇到的心理咨询问题。

<<解决人生难题心理咨询手册>>

作者简介

周倩，著名人生咨询专家，曾就读于北京大学哲学系，心理学系。  
美国哈佛大学心理学博士、教授。  
世纪豪文国际咨询有限公司项目总监兼执行董事。

## <<解决人生难题心理咨询手册>>

### 书籍目录

战胜自我心理咨询 如何培养成功人格的素质 如何消除人格障碍 如何克服软弱的生活 如何解读成功型与失败型 如何避免“不成功人生”的6大错误 为什么人生本无“注定”的说法 如何从“小”字到“大”字 如何掌握处理困难的诀窍 如何掌握突破困境的方法 如何对自己的自卑心理进行分析 为什么不要活在别人的价值观里 如何培养助于成功的精神特质和习惯 如何正确认识你自己 如何找到自己的正确位置 如何走自己的路让别人去说吧 如何学会推销自己 如何主动性地创造生活 如何宠辱不惊把握自我 如何别让感情蒙蔽理智 如何保持冷静客观态度 如何开诚布公信任别人 如何开阔心胸自我解脱 如何树立正确的竞争观念 为什么自我控制保持心理上的平衡 如何少追求物质多追求理想 如何同命运决一死战 如何掌握自我尊重法 如何树立“我为人人，人人为我”的观念 如何淡泊名利不求奢华 为什么要知足者常乐 如何运用理性克制贪欲 战胜人性弱点有哪5大绝招 如何克服自身弱点的12个“不要” 如何将弱点转化为优点 如何掌握战胜自卑的5大法宝 如何迈向成功的心理修备 如何培养成就大业者的心理品质 征服人心心理咨询 为什么要善交对自己有益的人 如何不打没把握的人生之仗 如何了解自己 and 了解别人 .....应对窘迫心理咨询 缓解压力心理咨询 爱情家庭心理咨询 培养孩子心理咨询 面对创业心理咨询 防范小心心理咨询 挑战失败心理咨询

<<解决人生难题心理咨询手册>>

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>