

<<营造快乐心情>>

图书基本信息

书名：<<营造快乐心情>>

13位ISBN编号：9787801205735

10位ISBN编号：7801205731

出版时间：2002-1-1

出版时间：中国华侨出版社

作者：李美志,徐进

页数：424

字数：266000

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>

<<营造快乐心情>>

内容概要

我深信，心灵的探讨必然会成为未来一门重要的科学……这是一门我们最迫切需要的科学。因为世界发展的趋向显示，人类最大的敌人不在于饥荒、地震、病菌、癌症等，而在于人类本身，因为就目前而言，我们仍然没有适当的方法来防止比自然灾害更危险的人类心灵疾病的蔓延。

“过劳死”“亚健康”“灰色心理”“网络偏执狂”“电脑躁狂症”……本书将给读者以最新资讯

<<营造快乐心情>>

书籍目录

专家赠言：营造快乐心情上编：常识篇 专家呼吁：心理疾病是“人类第二杀手” 健康性格结构的11条标准 “五态人”与心理健康 心理需要哪些东西 关于情绪的对话 情绪与疾病 10种正常的异常心理 什么是心理缺陷 心理疾病的界定和防治 9种主要的人格障碍 7种不良嗜好 10种常见的异常心理 宽容对健康有利 拥挤是精神健康的大敌 厌倦工作：人际关系的红灯 追求完善活得累 心理暗示能杀人 “精神疲倦”不良性格对人体有很大影响 “过劳死”的十大信号 最伤身心的闲气、闷气和怨气 压力削弱记忆力 用脑过度造成心理疲劳 男女沟通的障碍：语调和交流方式 性心理疲劳 女子性心理特点 女人令丈夫烦恼的性心理 中年女性心理 男人的5个性心理秘密 男人潜藏的性心理 男人花心与身高有关 心声为何喜欢向异性倾吐 为何女性心理障碍多 高知女性的10大心病 不受欢迎的10种女孩 爱的20个经典暗示 爱情中的嫉妒心理中编 状态篇下编 方法篇

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>