

<<学会平衡学会调适>>

图书基本信息

书名：<<学会平衡学会调适>>

13位ISBN编号：9787806409039

10位ISBN编号：7806409033

出版时间：2003-12-1

出版时间：海峡文艺出版社

作者：檀明山

页数：496

字数：300000

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>

## <<学会平衡学会调适>>

### 内容概要

檀明山，福州永泰人，1984年毕业于福建电视大学中文专科。

近年主要作品有《象征学全书》、《青年必知语言艺术手册》、《青年必知科普知识手册》、《青年必知心理咨询手册》、《青年必知法律咨询手册》、《青年必知奥运知识手册》、《人性的弱点》、《女人的弱点》、《男人的弱点》、《卡耐基语语言训练》、《卡耐基交际训练》、《学会做人 学会处事》、《学会平衡 学会调适》、《学会智谋 学会智慧》、《学会营销

## <<学会平衡学会调适>>

### 作者简介

檀明山，福州永泰人，1984年毕业于福建电视大学中文专科。

近年主要作品有《象征学全书》、《青年必知语言艺术手册》、《青年必知科普知识手册》、《青年必知心理咨询手册》、《青年必知法律咨询手册》、《青年必知奥运知识手册》、《人性的弱点》、《女人的弱点》、《

<<学会平衡学会调适>>

书籍目录

上篇 1 人的心理 2 心理健康 3 心理素质 4 心理保健 5 心理因素 6 心理障碍 7 心理疲劳 8 心理免疫  
9 心理调节 10 心理防护 11 心理疾病 12 心理平衡 13 心理防御 14 心理冲突 15 心理压力 16 心理  
暗示 17 心理补偿 18 心理测验 19 心理咨询 20 自我意识 21 自我评价 22 建立信心 23 充实心灵 24  
直觉判断 25 适度紧张 26 情感束缚 27 感情势能 28 感情用事 29 梦想成真 30 远见卓识 31 适应环  
境 32 培养幽默 33 第一印象 34 善结人缘 35 战胜孤独 36 克服忧虑 37 抑制愤怒 38 应付惊吓 39 消  
除误会 40 面对失误 41 面对刺激 42 遇到挫折 43 竞争意识 45 心烦意乱 46 克服沮丧 .....中篇  
下篇

<<学会平衡学会调适>>

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>