

人格与健康之谜



[人格与健康之谜 下载链接1](#)

著者:蒋方田

出版者:北京大学出版社

出版时间:2001-5

装帧:简装本

isbn:9787301048535

为什么在紧张的工作中发生了心肌梗塞?为什么骨折愈合得慢?为什么会患神经衰弱?这都与紧张焦虑的情绪有关。而情绪的产生又与人格息息相关。同一件事,某些人泰然处之,某些人则忧心忡忡,人格与健康有着不解之谜。本书正是从发生在人们身边的小事入手,把人格与健康的奥秘娓娓道来。它将让你了解人格的全部含义,明白人格与疾病、健康之间复杂的关系,学会调节心理平衡、培养健康人格、追求健康人生的技巧,众多实用的心理测验更

作者介绍:

目录:第一章 从李平的病案说起
第二章 仅仅是假面具吗?
第三章 人格的函数式
第四章 内向还是外向?
第五章 超越自卑
第六章 刺激与反应

第七章 走近弗洛伊德

第八章 马斯洛的召唤

第九章 君子与阴阳

第十章 “认识你自己”

第十一章 “别理我，我烦着那！”

第十二章 扰人的事件

第十三章 百病皆生于气

· · · · ·

(收起)

[人格与健康之谜_下载链接1](#)

标签

评论

[人格与健康之谜_下载链接1](#)

书评

[人格与健康之谜_下载链接1](#)