

# 让心灵沐浴阳光



[让心灵沐浴阳光 下载链接1](#)

著者:章晴雨等编

出版者:中国经济出版社

出版时间:2005-1

装帧:平装

isbn:9787501767212

心理专家指出：目前中国有70%左右的人，正处于精神“亚健康”状态。

贪婪、吝啬、狭隘、猜疑、攀比、悲观、

暴躁、焦虑、忧郁、压抑、空虚、虚荣、

嫉妒、自私、自卑、自负、偏执、逆反、

依赖、懒惰、怯懦、羞涩、逃避、仇恨、。

看看上面列出的这些心理问题，是不是也有几个正困扰着你或者你身边的人？其实每一个人都可以成为自己的心理医生。翻开这本书，你会在里面找到你想了解的东西以及各种解决之道。

作者介绍:

目录:

[让心灵沐浴阳光](#) [下载链接1](#)

标签

心理

评论

---

[让心灵沐浴阳光](#) [下载链接1](#)

书评

---

[让心灵沐浴阳光](#) [下载链接1](#)