

感觉.心理.行为



[感觉.心理.行为_下载链接1](#)

著者:王文娟

出版者:济南出版社

出版时间:2005-5-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787807101345

我们这个时代最伟大的发现就是，人们可以藉着改变他们的心态，改变他们的生活。我们生活中的很多时间都花在努力去理解别人，同时希望别人更好地理解我们。如果你手头的工具只有一把锤子，那么你遇到的所有问题就会开始看起来都像钉子。

一个明理的灵魂如果连她所存在的身体这座精美建设的大厦都不熟悉，这是非常可悲的。压力像相对论一样，是一个被从头知道得太多却理解得太少的科学概念。大多数人都想改为世界，很少有人想改变自己。

《感觉·心理·行为》从感觉、心理、行为三个层面探讨心理问题对健康的影响，对现代社会引发的一些心理问题进行剖析，指导人们保持健康、积极的心理、精神状态并学会自我心理保健。

作者介绍:

目录: 引言 —— 认识你自己 引子 —— 心
· · · · · · [\(收起\)](#)

[感觉.心理.行为_下载链接1](#)

标签

评论

[感觉.心理.行为_下载链接1](#)

书评

[感觉.心理.行为_下载链接1](#)