

自我结与解



[自我结与解_下载链接1](#)

著者:陆小娅 编

出版者:华东师范大学出版社

出版时间:2007-4

装帧:

isbn:9787561752166

《自我结与解》选编了“青春热线”咨询案例中涉及自我的部分，围绕自我信念冲突、自我认同、自我定位等问题列举了典型案例，并在案例后附上专家的精彩点评。《自我

结与解》主编陆小娅女士系“青春热线”督导，是“青春热线”的创始人和管理者，有着丰富的心理咨询经验，在心理学、教育学研究和实践中建树颇丰。《自我结与解》案例十分具有代表性，相信每一位读者都会在书中找到自己的影子。

作者介绍:

目录:

[自我结与解_下载链接1](#)

标签

心理学

心理

思考

自我结与解

青春

育儿

宗教

励志

评论

不要用自尊包裹自我

最不易被觉察的小问题~

易读，貌似是本好书

挺不错的一本书，所提供的结与解相信几乎成人都多多少少有体会。不仅限于青年人，很有指导意义。引用毕淑敏的卷尾语“你可以在其中看到千姿百态的事，看到精神轨迹的追索与变化。在我们所有行为的下方，都潜伏着我们的情感和理智。发现它们的踪迹，理智地辨析来龙去脉，是我们走向更健康快乐的钥匙。

比正式心理学作品贴近生活，看那些会把自己一点小小的反常当成根深蒂固的情结，这本书就大姐似的各种说这些都是很正常的，不管别人怎么说，都要勇于面对自己、接受自己，才能有能力改变自己。当然在理论上不是特别精彩

易读。看看别人所述，对照自己的问题，接纳坏情绪，寻找缘由，坦诚的面对自己的内心，活的开阔些。

中青报青春热线的精华

[自我结与解_下载链接1](#)

书评

心理学也可以很容易理解的。每一位青年朋友在书中都可以看到自己的影子，都可以学到很多很多的东西。很值的一读！

我碰到的网上很多年轻的同学，都或多或少有些茫然和烦恼。其实很多东西都是年轻的时候必须要经历的，而如何改变不好的心态，恐怕最需要的还是调动自己的潜能。

年轻的时候读一读陆编辑的这部书，也不亚于拥有一个见多识广的朋友，帮你挥去心中的那丝忧虑和哀愁。 让青春的色彩...

[自我结与解 下载链接1](#)