

心理调节自助读本大全集



[心理调节自助读本大全集 下载链接1](#)

著者:牧之

出版者:新世界

出版时间:2010-9

装帧:

isbn:9787802283916

《心理调节自助读本大全集(超值金版)》内容简介：什么样的人最快乐？英国《太阳报》曾以“什么样的人最快乐”为题，举办了一次有奖征答活动，从应征的八万多封来信中评出四个最佳答案：1作品刚刚完成，吹着口哨欣赏自己作品的艺术家；2正在用沙子筑城堡的儿童；3为婴儿洗澡的母亲；4千辛万苦开刀后，终于挽救了危重病人的外科医生。要使自己成为快乐的人，从第一个答案中，我们知道必须工作，有工作，就会使人快乐；第二个答案告诉我们，要学会快乐，必须充满想像，对未来充满希望；第三个答案告诉我们，要学会快乐，一定要心中有爱，那种无私的、不记报酬的爱；第四个答案告诉我们，要学会快乐，一定要有能力，要有助人为乐的技能。只有这样的人，世人才会给他最美妙的报偿，正所谓予人快乐予己快乐。

作者介绍:

目录:

标签

心理

自我完善

抑郁症

心理调节自助读本大全集

心理调节

内心强大

评论

书评