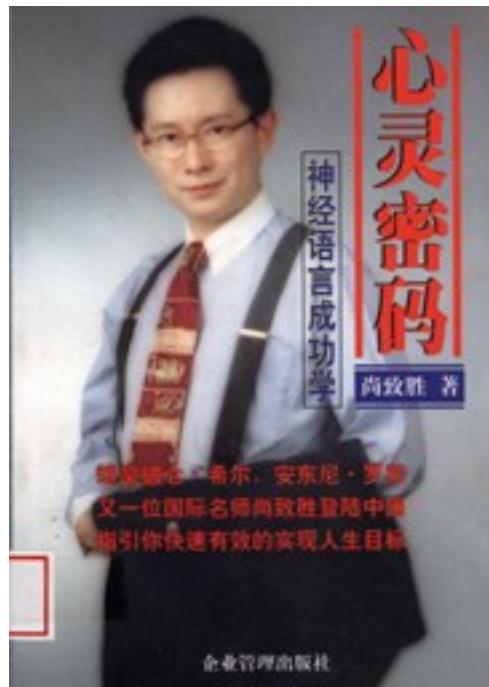


# 心灵密码



[心灵密码 下载链接1](#)

著者:刘迎泽 编

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787802137820

《心灵密码:做自己的心理医生》内容简介: 什么是健康? 大部分人都会说身体强壮不生病就是健康。其实这样的健康观念是片面的。现代健康的概念, 早已超出人们的传统认识, 它不仅指生理上的健康, 还包括心理和社会适应等方面的好状态, 即身、心两个方面。世界卫生组织提出“健康是身体上、精神上和社会适应上的完好状态, 而不仅仅是没有疾病和虚弱”。心理健康已成为现代健康概念中一个不可缺少的部分

研究发现, 全世界的人有75%的人正处于健康与疾病之间的状态, 这种状态在很大程度上是由心理问题引起的。心理问题如果不能得到很好的诊治, 也会引发身体疾病。因此, 重视心理问题已经到了刻不容缓的地步

作者介绍:

目录:

[心灵密码 下载链接1](#)

标签

自省

矫正

心理

剖析

评论

认知行为疗法的确能解决很多的问题 但对于心理动力学的推崇者们来说  
他们永远是治标不治本的

---

心神不定的时候适合看看

---

[心灵密码 下载链接1](#)

书评

心灵密码 下载链接1