

人生百忧解精选主题阅读卡



[人生百忧解精选主题阅读卡_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2010-3

装帧:

isbn:9787509136089

《人生百忧解精选主题阅读卡》编著者参考大量医学心理学和人文科学文献，结合自己的坎坷经历和深刻感悟，就当今人们最常见的心理问题、思想理念问题和心身健康等问题从14个方面进行分析、论述，并提出针对性的解决策略。主要包括怎样感悟人生价值，怎样感受幸福生活，怎样保持良好心态，如何克服心理缺陷，如何缓解不良情绪，如何面对各种困境，如何抵御各种诱惑，怎样学会待人待己，以及如何正确处理婚恋、家庭、伤病、事业成败等各种心理问题。《人生百忧解精选主题阅读卡》内容丰富，阐述简明，在说理的同时列举了大量充满哲理的感人故事，对排解心理困惑、克服心理障碍、维护心身健康，具有很好的指导性和实用性；适于热爱生活、追求上进、崇尚真善美的各阶层人士阅读参考。

作者介绍:

目录:

[人生百忧解精选主题阅读卡 下载链接1](#)

标签

评论

[人生百忧解精选主题阅读卡 下载链接1](#)

书评

[人生百忧解精选主题阅读卡 下载链接1](#)