

# 妬(ねた)まずにはいられない症候群



[妬\(ねた\)まずにはいられない症候群\\_下载链接1](#)

著者:加藤 諦三

出版者:PHP研究所

出版时间:2009-6-2

装帧:文庫

isbn:9784569673110

友人の成功を喜べない、他人の不幸な話を心のなかでは面白がって聞いてしまう……

。

誰でも多かれ少なかれ、こうした感情を持っている自分に気付いているはずです。

本書では、そんな「妬み」の感情が、どのような心理メカニズムによって生じるのか、その要因を分析、平易に解説します。

そして、あなたがよりよい人間関係を築き、自信と誇りを持って生きていくために、嫉妬心の克服法を提案します。

一度しかない人生を、妬みの感情にとらわれて、うつうつとして送ってしまうのは、いかにも残念です。その意味で本書は、妬みの心理を解き明かした心理学の本であるとともに、人生を悔いなく、爽やかに生きるための人生の処方箋でもあります。

友人の成功を喜べない、他人の不幸な話を心のなかでは面白がって聞いてしまう…。誰でも多かれ少なかれ、こんな感情を持っている自分に気付いているはずです。本書では、「妬み」の感情を引き起こす心理を詳しく分析し、あなたがよりよい人間関係を築いていくにはどうすればよいのか、また自信と誇りを持って生きていくための「嫉妬心」の克服法を提案します。爽やかに生きるための処方箋。

作者介绍:

目录:

[妬\(ねた\)まずにはいられない症候群\\_ダウンロード1](#)

标签

日文

心理・灵修・自我管理

评论

-----  
[妬\(ねた\)まずにはいられない症候群\\_ダウンロード1](#)

书评

-----  
[妬\(ねた\)まずにはいられない症候群 下载链接1](#)