第一图书网, tushu007.com

<<安全的感觉>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书是一本有关心理调适方面的书。
9.11以后，世人的安全感受到了重创。
作为英国整体疗法的倡导者的作者，在此书中通过大量的分析、研究，提出了一套明智、有效和实际的方法，试图帮助人们调适心理，保持自己健康、强壮和自信的身体和心理状态，以应对这个变化中的世界。

<<安全的感觉>>

书籍目录

1 安全需要：认识安全感是获得真正的成功和个人发展的基础2 安全感的构成要素：认识生物图谱、性向图谱和能量图谱3 控制你体内的化学反应：扩建用于应付未来挑战的积极情感储藏所4 宽容、骑士精神和善良：关心别人，以积极的眼光看待事物，以使大家都觉得安全5 看不见的安全动力学：利用/驾驭能影响你的能量、感应和气氛6 创造有力的保护：在干扰中保持你的能量场专注和强大7 直面现实的力量：揭露并驯服破坏安全感的隐身恶魔8 一颗安全而伟大的心：从安全奔向圆满

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com