

<<让你的大脑NEW一下>>

图书基本信息

书名：<<让你的大脑NEW一下>>

13位ISBN编号：9787219047545

10位ISBN编号：7219047541

出版时间：2003-1-1

出版时间：广西人民出版社

作者：梁若芊

页数：205

字数：120000

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>

<<让你的大脑NEW一下>>

内容概要

现代社会高唱平等自由，人人都说要活出自我，但有多少人能真正逃离世俗的眼光，随自己喜爱的方式而活，而自由，是否就代表可以罔顾他人感受，率性而为？

梁若芊一支笔跟一张嘴同样干脆利落，一针而血地指出了我们社会的无谓规矩如何扼杀个人的生活空间和性格发展，情理兼备，铿锵有致、令人再三反思。

此外，作者以多年的临床心理经验，提供一系列应付情绪困扰，改善人际关系的方法，助现代人去掉心理障碍，重拾生活的自信。

<<让你的大脑NEW一下>>

书籍目录

原来如此

——基本心理概念

为什么不可以

——跳出思想框框

你听得懂吗

——人际沟通技巧

逃避还是面对

——压力及情绪问题

她跟他

——两性关系新定位

留不住的爱情

——恋爱婚姻

<<让你的大脑NEW一下>>

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>