

<<人格与健康之谜>>

图书基本信息

书名：<<人格与健康之谜>>

13位ISBN编号：9787301048535

10位ISBN编号：730104853X

出版时间：2001-5

出版单位：北京大学出版社

作者：蒋方田

页数：289

字数：235000

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>

<<人格与健康之谜>>

内容概要

为什么在紧张的工作中发生了心肌梗塞？

为什么骨折愈合得慢？

为什么会患神经衰弱？

这都与紧张焦虑的情绪有关。

而情绪的产生又与人格息息相关。

同一件事，有些人泰然处之，有些人则忧心忡忡，人格与健康有着不解之谜。

本书正是从发生在人们身边的小事入手，把人格与健康的奥秘娓娓道来。

它将让你了解人格的全部含义，明白人格与疾病、健康之间复杂的关系，学会调节心理平衡、培养健康人格、追求健康人生的技巧，众多实用的心理测验更会使你兴趣盎然。

所有关心自身和他人的健康的人们，请打开这本书吧，去创造一个潇洒多彩的健康人生！

<<人格与健康之谜>>

书籍目录

第一章 从李平的病案说起第二章 仅仅是假面具吗？
第三章 人格的函数式第四章 内向还是外向？
第五章 超越自卑第六章 刺激与反应第七章 走近弗洛伊德第八章 马斯洛的召唤第九章 君子与阴阳第
十章 “认识你自己”第十一章 “别理我，我烦着那！”
第十二章 扰人的事件第十三章 百病皆生于气第十四章 从溃疡病说起第十五章 一个充满时间紧迫感的人第十六章 骨折为什么愈合慢？
第十七章 女教师的烦恼第十八章 请注意你们的“小皇帝”第十九章 多梦年华第二十章 人到中年第
二十一章 多事之秋第二十二章 奇怪的疼痛第二十三章 一个想按压死人之人中穴的学生第二十四章
暗示与催眠第二十五章 屡教不改的王五第二十六章 “数风流人物，还看今朝！”
第二十七章 教你放松第二十八章 战胜焦虑第二十九章 幽默之歌第三十章 还要向阿Q学习吗？
第三十一章 心理的空间第三十二章 “改邪归正”第三十三章 走向健康的新天地参考文献后记

<<人格与健康之谜>>

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>