

## <<自尊的6大支柱>>

### 图书基本信息

书名：<<自尊的6大支柱>>

13位ISBN编号：9787505102040

10位ISBN编号：7505102044

出版时间：1998年2月

出版时间：红旗出版社

作者：纳撒尼尔·布兰登,Nathaniel Branden

译者：吴齐

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>

## <<自尊的6大支柱>>

### 内容概要

今日年代处的时代风云变幻，动荡不安。

这就要求我们必须锻造坚强的自我，要清醒地认识自己、自身的能力价值。

文化一统的格局早已不复存在，生活中也就缺乏值得效仿的楷模，社会生活极少能激发起忠诚，“不是我不明白，是这世界变化快”，已成为我们生活永恒的主题。

此时此刻，如果不能清醒地认识自己、相信自己，那将是何等的危险。

在喧闹的世界中无法找寻的稳定必须在我们内心中创造出来，以低微的自尊心面对生活将使我们处于极为不利的地位。

从本质上说，本书回答了四个方面的问题：

什么是自尊？

自尊为什么十分重要？

我们怎样才能提高自尊？

他人对我们自尊的建设能起什么样的作用？

## <<自尊的6大支柱>>

### 作者简介

纳撒尼尔·布兰登博士是一位心理学理论家，国际自尊协会执行理事长。目前，他在洛杉矶布兰登自尊学院开设心理治疗门诊。布兰登共有十四部著作。包括最近出版的回忆录《最终审判日：我与艾恩·兰德共度的岁月》。同时，他不断为企业界、教育界及其他行业的人士开设讲座。

<<自尊的6大支柱>>

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>