

<<心安是福:心理调节艺术·保健>>

图书基本信息

书名：<<心安是福:心理调节艺术·保健篇>>

13位ISBN编号：9787509444085

10位ISBN编号：750944408X

出版时间：2003-08-01

出版时间：中国文联出版社

作者：董兴文

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>

<<心安是福:心理调节艺术·保健>>

内容概要

时下的中国人已越来越重视健康问题了，不少中国人也已认识到心理健康与生理健康的不可分割性。可又有多少人知道，心理健康的先导作用？如今，世界卫生组织关于健康的定义中，已将心理健康放在了极其重要的位置。

本书正是根据世界尤其中国人的心理实况，透彻、全方位、活生生地解读了心身健康的关系以及操作方法。

它会告诉你，世界尤其中国人的心理实况是多么复杂又多么触目惊心；为什么应将身心理解成心身；心身健康都有哪些主要内

<<心安是福:心理调节艺术·保健>>

书籍目录

序言

开篇

面临挑战

——心理健康提到了首位

一 生理和心理 心理更重要

二 有史以来当今问题最大

三 心理疾病 肆虐全球

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>