

<<心理醫師也想學的人生道理>>

图书基本信息

书名：<<心理醫師也想學的人生道理>>

13位ISBN编号：9789862250372

10位ISBN编号：9862250372

出版时间：2007-12-27

出版时间：大塊文化

作者：戈登.李文斯頓(Gordon Livingston)

译者：朱恩伶

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>

## <<心理醫師也想學的人生道理>>

### 內容概要

早知道這些，你就可以愛更對的人，做更對的事。

快樂有三個要素：有事可做，有人可愛，有所盼望；這是一種覺得生命有意義又有樂趣的肯定狀態。

本書作者是執業超過三十年的心理醫師，每天都會聽到形形色色的生命故事。這些上門求助的人被憂鬱沮喪的情緒所困，想不起快樂的滋味。

有人把不盡如人意的現況歸咎於機運不佳、遇人不善，甚至推託父母沒能提供完美的童年生活。

有人口口聲聲說要改變，卻始終停留在「想法」、「願望」的階段；到頭來只得到一些破碎的承諾。

有人不喜歡改變，不願冒險，寧可繼續寂寞度日，也不肯大費周章去認識新朋友——更別提找到真愛。

作父母的，以為自己要對孩子未來的發展負起全部責任，因而過度管控，引起親子關係的衝突。

許多人對恐怖份子、狂牛症、槍擊犯聞之色變，卻疏忽了暴飲暴食、抽菸酗酒、全球暖化帶來的危害。

有人在發展感情關係時一再遇到難題，往往是因為未能在自己和他人身上看出不適合維持長久關係的人格特質。

說穿了，我們不去做該做的事，所以無法變成想成為的人。

（注意：是「做」而不是「想」。

）

作者用一種睿智而富有洞見的方式指出，人生充斥著許多矛盾，而最大的矛盾核心便是：人類明知生命終將衰亡，仍能在其中找到樂趣和意義。

這是面對命運的勇氣，也是幽默感的表現。

本書的三十個篇章，如同心理醫師和你分享三十則珠玉般的人生智慧；其中涵蓋了親子、兩性、婚姻、自我提升等課題。

閱讀本書，有時你覺得作者像是那種會對我們說真心話的益友（雖然他的話或許有些刺耳），有時你覺得作者像是我們的父親；他用一雙溫暖實則有力的手，以激勵也是扶持的方式，適時推我們一把。

## <<心理醫師也想學的人生道理>>

### 作者簡介

戈登·李文斯頓博士(Gordon Livingston, M.D.)

畢業於美國西點軍校及約翰·霍浦金斯醫學院。

自1967年起行醫。

他是心理醫師及作家，作品散見於《華盛頓郵報》、《舊金山紀事報》、《巴爾的摩太陽報》和《讀者文摘》。

李文斯頓曾在參與越戰時獲頒「英勇銅星勳章」。

另著有Only Spring及Never Stop Dancing。

現居美國馬里蘭州哥倫比亞市。

<<心理醫師也想學的人生道理>>

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>