

# 《听心理学家讲故事》

## 图书基本信息

书名：《听心理学家讲故事》

13位ISBN编号：9787509000366

10位ISBN编号：750900036X

出版时间：2006-1

出版社：当代世界出版社

作者：王琳

页数：323

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《听心理学家讲故事》

## 内容概要

你面前的这本《听心理学家讲故事》，旨在帮助读者在心理健康的调适和修炼方面，自己做自己的心理医生。这本书重在解决“如何做好自己的心理医生”这一问题。全书以心理学家讲故事的方式化解读者心中的各种困惑，引导读者热爱生活，关爱自己，以健康的心态迎接人生的挑战。

# 《听心理学家讲故事》

## 书籍目录

第一章 学做自己的心理医生 你就是自己的敌人 你就是自己的上帝 你必须告别的阴影 你需要的七色阳光  
第二章 走出心理障碍 是什么遮住了阳光 远离自卑 凡事皆有度——节制欲望 寻找积极的力量——缓解压力 求人不如求自己——战胜挫折 心底无私天地宽——弃绝嫉妒 乐观人生靠心路——化解焦虑 做你害怕的事——驱除怯懦 突破思维定式——告别“死板”  
第三章 活在阳光下 心态正确，世界也是正确的——自信 从起跑一直到成功——执著 永远不做宿舍论者——乐观 生活的万能钥匙 没有什么是不可能的——勇气 终身奉行的原则——宽容 给心灵一封笑忘书——平常心  
第四章 健康从“心”开始 活得快乐 生命，是用来珍惜的 阳光总在风雨后 每一个生都是灿烂的

## 《听心理学家讲故事》

### 精彩短评

- 1、这本书怎么说呢，对于初级入门闲散人员还是可以一读，但总体上可看性太低。很多观点都是这本那本书上常见的。书籍一个道理反复出现很正常，但是完全没有自己的新意和亮点只能说有点乏味了，难为作者至少编了这么久，所以还是三颗星吧，不是很值得花时间的书，当然如果很无聊的话，行车旅行中还是随意可以瞅瞅的
- 2、不错的书值得一读,多少会有些收获,所谓开卷有益!
- 3、很不错的一本书哦~~没有特意挤出时间看，只是在睡前十五分钟看看，收获很大！~
- 4、txt,pdf
- 5、好评啊，不错，和学校图书馆的一样

# 《听心理学家讲故事》

## 精彩书评

- 1、还是不错的书，书里面的故事当然不会是作者自编的，也是各个地方摘抄过来的，但可以感觉出作者是用心的在组织这些故事，多读有益
- 2、刚好最近工作方面不是特别顺利，随便翻开了这本书，觉得启发很大，感触很多。也是多年前看过这类书籍，这几年是少翻了，这次再次翻开觉得如获至宝。也许和心情有关，也许目前的状态正需要这些，正需要心灵的开导和梳理，需要心理的宽慰和舒缓，需要找到一种寄托的并鼓舞着前行的力量。

# 《听心理学家讲故事》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)