

<<先与自己交朋友>>

图书基本信息

书名：<<先与自己交朋友>>

13位ISBN编号：9787505708419

10位ISBN编号：7505708414

出版时间：1995-2

出版时间：中国友谊出版公司

作者：陈彰仪等 著

页数：174

字数：100000

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>

## <<先与自己交朋友>>

### 内容概要

本书共分为做自己的好朋友、情绪这玩意儿、压力好不好、人际关系和性、爱情、婚姻五大部分，无论哪一个主题都是现代人常遇见的问题，甚至可说是困扰绝大多数现代人的问题，透过学者、专家们的分析，确有指点迷津的效果，使我们能在被困扰多时的问题中，看出解决的方式。而两篇附录——林治平先生谈面对压力、寇绍恩先生谈如何正确的认识自己，更是精彩佳作，让我们由他们的经验中更为体认到自己处境并激发我们解决问题的心志。

<<先与自己交朋友>>

作者简介

陈秉华，美国伊利诺大学咨商心理学博士·台北医学院副教授兼训导长。

## <<先与自己交朋友>>

### 书籍目录

写在前面第一部分 做自己的好朋友 什么是自我概念 做自己的好朋友 踏实的今天、璨灿的明天第二部分 情绪这玩意儿 给情绪多留些空间 如影随形的情绪 掌握情绪第三部分 压力好不好 协助人成长的压力 潜藏揸时炸弹第四部分 人际关系 爱不致落空 人际关系 如何让人际关系更好第五部分 性·爱情·婚姻 尊重和信任——性 无比丰盛的成长 耕耘婚姻后记面对压力——访林治平教授正确的自我认识——访寇绍恩先生作者简介

<<先与自己交朋友>>

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>