

<<跨越心灵的7大障碍>>

图书基本信息

书名：<<跨越心灵的7大障碍>>

13位ISBN编号：9787801125927

10位ISBN编号：7801125924

出版时间：2003-1

出版时间：民主与建设出版社

作者：巨天中

页数：303

字数：221000

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>

## <<跨越心灵的7大障碍>>

### 内容概要

如何才能走出心灵的困境？

这就需要不断地进行自我心理调适，突破人性的弱点，转化负面的消极情绪，才能释放被囚禁的无限潜能。

本书所讲的就是帮你突破弱点的方法。

## <<跨越心灵的7大障碍>>

### 作者简介

巨天中，工商管理硕士，北京宏名轩主持人。

编著有《取名宝典》、《商务预测》、《话说周易》等十余部专著，拥有“名姓信息”等十二项国家专利，为众多企业做过取名设计、顾问策划，有着丰富的实践经验。

于1989年创办有国内最早的专业取名设计机构——“巨天中命名策划中

## <<跨越心灵的7大障碍>>

### 书籍目录

第1辑 勇于突破人性的弱点 跨越自卑的陷阱 走出自负的泥沼 摒弃恐惧心理 嫉妒是一副毒药 摆脱虚荣的事缚 后悔是健康的大敌第2辑 善于清除消极的心理 培养开放的人格 自恋型人格障碍 表演型人格障碍 依赖型人格障碍 反社会型人格障碍 自闭性人格障碍 偏执型人格障碍 分裂型人格障碍 攻击型人格障碍第3辑 适时摆脱沉重的压力 你的心理超负荷了吗 亚健康的定义 “亚健康”的表现形态 心理疲劳与用脑过度 产生亚健康的原因 真正健康的标志何在 生命也在于静养 排除压力的妙招第4辑 积极转化负面的情绪第5辑 巧妙扭转失败的形象第6辑 强化你的抗挫折能力第7辑 释放自身囚禁的潜能

<<跨越心灵的7大障碍>>

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>