

《获得安慰》

图书基本信息

书名：《获得安慰》

13位ISBN编号：9787507516944

10位ISBN编号：7507516946

出版时间：2004-7

出版社：华文出版社

作者：常桦

页数：291

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.tushu000.com

《获得安慰》

内容概要

你期望有一只手，一只安抚的手向你伸来，为你抹去痛苦的泪；你企盼着有一种药，一种能治愈痛苦灵丹妙药，医治你心灵的创伤……

现今社会人人都忙忙碌碌，有些人根本就没有时间来实践这些理念与方法，甚至有些人根本就怀疑这些办法的可行性。但是，只要你肯抽出时间来阅读本书，你就会从中受益。

朋友，你尽可以将本书放置在案头床前，让它成为你随身、随时携带的“心理医生”。当你感到压抑、焦虑、郁闷或恐惧不安的时候，请翻开此书读一段吧；当你遇到朋友痛苦无奈地倾诉，却无法时刻陪伴他之时，送他此书作为礼物吧。在快节奏的生活间隙里，让我们共同来运用这个“心理医生”教的方法，让自己更轻松地生活吧，套用一句多年前一部日本动画片中主人公一休的话“休息一下，让我们休息一下吧！”

《获得安慰》

书籍目录

第一章 揭开安慰的神秘面纱

- 1 安慰，滋润你的心灵
- 2 安慰，医治心灵的良药
- 3 一封永恒的安慰信
- 4 安慰艺术与揣摩心理
- 5 安慰痛苦

第二章 拜阿Q为师

- 1 阿Q人生的秘诀

.....

第三章 笑对逆境与挫折

.....

第四章 寻找心灵的避风港

.....

第五章 不要跟自己过不去

.....

第六章 走自己的路吧

.....

第七章 快乐生活每一天

.....

第八章 倾听心灵的对话

.....

第九章 善待和宽恕你的朋友

.....

《获得安慰》

媒体关注与评论

书评也许你在人生道路上迷失了方向；也许你的亲人突然离你而去……各种复杂情感涌上心头：恐惧与勇气，宽恕与复仇，愤怒与妒忌，恨与爱……使你长久地陷于躁动和内心痛苦之中无力自拔。

《获得安慰》

编辑推荐

也许你在人生道路上迷失了方向；也许你的亲人突然离你而去……各种复杂情感涌上心头：恐惧与勇气，宽恕与复仇，愤怒与妒忌，恨与爱……使你长久地陷于躁动和内心痛苦之中无力自拔。

《获得安慰》

精彩短评

- 1、此书虽然还没有细看，但是书中的主旨我还是比较欣赏的，心理自助的同时也需要获得外界的理解、支持、安慰！当然获得安慰一方面是依赖自我主动呼救，一方面是周围人之间的细心观察、耐心陪伴、相互支持。再坚强的人也有需要获得安慰的时候，请照顾好周围的亲人、朋友。
- 2、挑着看，还可以
- 3、买了这本书后悔了，不只纸质不好，而且内容也比较枯燥。。。不过还好了，只买了11元
- 4、非常非常值得一看~~~

《获得安慰》

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.tushu000.com