

《幸福是自己的杰作》

图书基本信息

书名：《幸福是自己的杰作》

13位ISBN编号：9787303181121

出版时间：2014-11-1

作者：徐浩渊

页数：224

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

《幸福是自己的杰作》

内容概要

《幸福是自己的杰作》

作者简介

《幸福是自己的杰作》

书籍目录

《幸福是自己的杰作》

精彩短评

- 1、读完徐博士的书，心中有种豁然开朗的感觉。人总是对物质世界探索很深，却对自己内心认知甚少，以至于很多重要决策都成了高度感性的产物，常常文不对题、药不对症。因此，正确认识自己，挖掘内心的真实动机和需求，才是颐养心性、获得幸福的根本之道。而精神的独立、健康成长，更是其中关键所在。
- 2、见过徐老师，喜气洋洋的一个人
- 3、5+++。中国最专业又最亲民的心理学书籍
- 4、很快就读完了，没有去过分的斟酌，愿文字能变成潜意识，让我能拥有一个完整的情感，然后正确的满足自己和付之与人。

《幸福是自己的杰作》

精彩书评

1、刚看完此书，说实话，比较失望，没有想到一个美国的心理学博士后，写出这样的一本书。确实，全书比较浅，间或有一些理论的阐述，大多是平铺直叙，想到哪儿写到哪儿，没有什么系统，很乱。让我读起来实在不适应。全书没有什么整体的构想，每一个节段都是很随意的事情。谋篇布局，间架结构，都谈不上。有的时候，论述起自己的导师的理论名言，有的时候，抄录一些广播中的对话，有的时候照搬一些报纸的文章。看的过程中，始终不得要领。甚至有的时候，讲述一个案例，最后定义当事人患有心理问题，但具体的分析和说明呢？作者明确告诉读者，放在下一本书中再说。多次出现这样的安排，让人感到莫名其妙！这本书的名字是《幸福是自己的杰作》，这是我最欣赏的一句表述。全书另一个引起我欣赏的，就是书中表示，每个现代人，一生中都需要接受至少一次基础心理教育。这，我是同意的。但，通读全书，实在达不到这样的效果，差得太远了。总体的感觉，好像在读“知心姐姐”一篇谈话，非常自由松散，很随意，海阔天空，走到哪儿聊到哪儿。不见系统，也不能给读者一个整体的框架感。多年没有读这样的书了。比较失望。读的过程中，我甚至有一个强烈的感觉，这书是怎么通过出版社编辑之手的呢？《我们都有心理伤痕》是此书的第一版，出版于2003年，此后又有第二版《撒下好运的种子》，出版于2008年。去年，2014年，又修订出版了这本，《幸福是自己的杰作》。前前后后修订改动了十年，居然是这个样子，太让我失望了。而且，200页的小书，居然定价39.80元，偏高。不利于此书的畅销。本想给此书一颗星，看着美国博士后的面子，给两颗星。

《幸福是自己的杰作》

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