

《迷失的心路》

图书基本信息

书名：《迷失的心路》

13位ISBN编号：9787530428825

10位ISBN编号：7530428829

出版时间：2004-5-1

出版社：北京科学技术出版社

作者：孙波

页数：372

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

《迷失的心路》

内容概要

孙波心理养生大型系列丛书·中国人的心病。

心理养生是人类21世纪的健康主题。本书揭示社会领域各种异常心理的奥秘！洞悉社会活动诸多心理现象的变异！为你困惑的心灵放放风，给你蒙黑的心房点盏灯，教你驾驭生存方舟的奇招，让你步入事业成功的新境界。告诉你社会异常心理自测、自诊、自防、自疗的实用技术与方法。

本书围绕心理养生这个已成为人类21世纪健康主题的大问题，对当代中国各个阶层人员容易出现的千余种心理问题、心理矛盾、心理困惑、心理障碍、心理疾病等，逐一进行分析，并提出预防与矫治的办法，为人们提供心理养生、心理保健与心理疾病矫治的对策与措施，帮助人们调节情绪，平衡心态，健全人格、净化心灵，矫正行为，恢复与增进心理健康。相信阅读本书的各位读者、学者或患者一定都能从中受惠获益。

《迷失的心路》

书籍目录

- 第一章 羔羊怎样变狮子 窝囊心理分析及其矫治
 - 一 没有傲骨只有贱骨的“窝囊废” 窝囊心理的含义
 - 二 畏首畏尾的“缩头乌龟” 窝囊心理的表现
 - 三 毫无自我的弱者与甘拜下风的强者同属于窝囊 窝囊心理的特征
 - 四 生得窝囊，死得无光 窝囊心理的类型
 - 五 “人生由命又搏不过命”？ 窝囊心理的形成
 - 六 甘做下贱人，苟且度人生 窝囊心理的危害
 - 七 当一条“龙”，还是当一只“虫”？ 窝囊心理的预防
 - 八 挺起腰杆做人的秘诀 窝囊心理的矫治
- 第二章 要自己解放自己 压抑心理分析及其矫治
-
- 第三章 空虚面前不言败 空虚心理分析及其矫治
-
- 第四章 鲜花常开心里头 悲观心理分析及其矫治
-
- 第五章 鲜花因何而凋谢 轻生心理分析及其矫治
-
- 第六章 踏破守旧的冰河 保守心理分析及其矫治
-
- 第七章 出口招来的横祸 撒谎心理分析及其矫治
-
- 第八章 画饼充饥酿情恨 网恋心理分析及其矫治
-
- 作者的话

《迷失的心路》

章节摘录

(二) 女人的窝囊 在旧时代，妇女地位低下，就难免受些窝囊气。由于社会分工的差异，造成了男女的不平等。社会分工使身强体壮的男子成为主宰，而较为弱小的女性则成为被奴役者。女子的窝囊在于约定俗成的受限制，没有解脱的余地，一旦有人反抗，就要受到惩罚。因此，妇女的窝囊在于没有平等的地位和人权的自由。在旧社会，妇女可以当作商品被买卖，那时的妇女是一件玩物，是一件摆设，她们在小的时候，基本没有同男性一样的学习机会，只能接受传统的封建道德规范的调教，甚至还要裹足，成为小脚婆。这种小脚，是受压迫妇女的象征，是封建压迫的真实写照。 有一位妇女就是生活在窝囊的困境中。她的丈夫得了糖尿病，引发尿毒症，要定期做透析治疗，无法上班，每月开支要1000多元。家里的经济负担就全落在了妻子身上，每月300元的工资又要照顾孩子，又要关爱老公。而这位老公所患之病，在饮食方面是十分挑剔的，不能吃甜食，又要加强营养，弄得这位妻子想尽了主意省吃俭用。而最令她伤心的是，丈夫的脾气越来越坏，常对她骂骂咧咧不说，有时还拳脚相加，她在感到绝望和窝囊的时刻，经常一个人坐在那儿偷偷地哭。她是典型的“任劳任怨”的中国女性。周围的人都说她窝囊，她只是淡淡地一笑，哭过了，愁过了，又默默地投入到维持这个家庭的日夜操劳之中。 ……

《迷失的心路》

编辑推荐

揭示各种各样的心理奥秘！ 心理自评自测、自我诊疗、调和漆调养 传授驾驭生存方舟的奇招，走出人生困惑。

《迷失的心路》

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