

<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

图书基本信息

书名：<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

13位ISBN编号：9787802283855

10位ISBN编号：780228385X

出版时间：2007-7

出版时间：新世界

作者：石晓娜

页数：299

字数：350000

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>

<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

内容概要

本书带您进入心理学的殿堂，让您更深层的了解人性!

我们生活中的很多心理困惑和苦恼，都是可以在心理学面前迎刃而解的。

然而，由于很多人对心理学知识的了解还很肤浅或者存在误解，使得一些问题逐渐恶化，最终造成了不可挽回的损失，如：像恋爱、婚姻、自卑、人际关系以及失眠、焦虑、忧郁等等问题。

我们用散文的形式来编辑本书，通过生动贴切的故事，为读者铺就一条通往心理之门的康庄大道。

使读者在享受读书乐趣的同时，在潜移默化中深入了解心理学上的各种知识。

期望读者在读完本书后能够进一步地了解心理学，并将之应用到现实生活，相信必能让自己的身体健康和事业发展有一个质的飞跃。

<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

书籍目录

- 1.怎么这么浮躁
- 2.心里被抑郁久久困扰着
- 3.常常焦虑不安
- 4.日寸常觉得空虚无聊
- 5.常常强迫自己
- 6.时常感到莫名的恐惧
- 7.怕黑，睡觉不敢关灯
- 8.自我封闭，不愿与人交往
- 9.怎么这么懒
- 10.事事要攀比
- 11.虚荣心在作祟
- 12.悲观夺走了快乐
- 13.遇事喜欢选择逃避
- 14.总认为自己比别人强
- 15.自我爱恋
- 16.吝啬使心灵荒芜
- 17.世上没有完美
- 18.有时候很迷信
- 19.习惯于依赖别人
- 20.感觉很压抑
- 21.总想与别人“对着干”
- 22.性格和情绪很偏激
- 23.怎么这么怯懦
- 24.一直生活在仇恨里
- 25.感觉“人善被人欺”
- 26.好心却遭遇了质疑
- 27.友谊竟然变成了负担
- 28.与人接触很羞怯
- 29.丑难道是一种错
- 30.遭受了冷遇
- 31.嫉妒心折磨人
- 32.对所恨的人要报复
- 33.有点“小心眼”
- 34.脾气太暴躁
- 35.没有好人缘
- 36.变得自卑起来
- 37.无法快速地进入自己的角色
- 38.大家都不喜欢我
- 39.不知道如何与人沟通
- 40.目标怎么总是无法实现
- 41.好日子总是勇那么遥不可及
- 42.害怕失去竞争力，给自己加压
- 43.挖空思想当官
- 44.落榜像块巨石
- 45.心情很差，快乐不起来

<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

- 46.常常被内疚感折磨
- 47.看到别人发财，自己内心不平衡
- 48.遭到别人无意中的伤害
- 49.总有一种未老先衰的感觉
- 50.不懂得如何拒绝别人
- 51.怀疑自己心理不正常
- 52.孤独得几乎要崩溃
- 53.自制力很差
- 54.坚强的男人也流泪
- 55.得了神经衰弱
- 56.常受从众心理的影响
- 57.世上没有后悔药
- 58.做事总是拖拖拉拉
- 59.代沟隔开了两代人的心
- 60.教育孩子的困惑
- 61.很茫然地活着
- 62.感觉好累好累
- 63.被压力压得好疲惫
- 64.陷入了亚健康状态
- 65.痛失亲人之后
- 66.越来越害怕死亡
- 67.用自杀来结束一切
- 68.当好朋友变成了上下级
- 69.职场遇到了劲敌
- 70.成了职场“老人”
- 71.为工作废寝忘食，却得不到重用
- 72.去还是留，这是个问题
- 73.知道别人在背后议论自己
- 74.成了“工作狂”
- 75.文凭不够硬
- 76.与下属的关系过于亲密
- 77.得罪了公司的“小人物”
- 78.讨厌自己的工作
- 79.事业到了“瓶颈”期
- 80.总觉得自己怀才不遇
- 81.退休综合症
- 82.老怀疑自己有病
- 83.患上了洁癖
- 84.赌博上了瘾
- 85.得了暴饮暴食症
- 86.购物也疯狂
- 87.吸烟吸上了瘾
- 88.一日无酒不欢
- 89.沉迷于网络
- 90.情不自禁的窥阴癖
- 91.患上了恋物癖
- 92.寻求性快感的露阴癖

<<轻松面对人生中的138个心理问题>>

93. 一直默默地喜欢着对方
94. 不矢口道如何博得异性的喜爱
95. 迟迟嫁不出去, 有种莫名的恐慌
96. 只谈恋爱不结婚
97. 对婚姻感到恐惧
98. 不信挣够了钱找不刀好女人
99. 自己的感情被玩弄了
100. 难以承受失恋的挫折
101. 无法理智地面对分手
102. 他越来越不浪漫了
103. 吵架吵得心痛
104. 当期望变成了一种负担
105. 越优秀, 越没有人靠近
106. 掉进了婚外恋的怪圈
107. 夫妻转目良就阴阳相隔
108. 担心再婚会重蹈覆辙
109. 没有做好离婚的心理准备
110. 离了婚又想挽回
111. 家庭暴力在上演
112. 爱情变成了亲情
113. 不懂得撒娇
114. 彼此失去了性爱吸引力
115. 令人烦恼的家务活
116. 老公很花心
117. 老婆唠唠叨叨, 我很烦
118. 缺乏安全感
119. 老婆比自己强
120. 算啦, 凑合着过吧
121. 更年期综合症
122. 害怕生孩子
123. 打完孩子心痛和内疚
124. 夹在老婆和老妈之间受“夹板气”
125. 遇到了刁蛮婆婆
126. 遭遇性骚扰
127. 婚内强迫性行为
128. 失贞之后
129. 解不开的处女情结
130. 婚前发生了性行为
131. 配偶性冷淡
132. 为何成了亚男人
133. 害怕过性生活
134. 有同性恋倾向
135. 过度手淫的“罪恶感”
136. 无法摆脱噩梦的纠缠
137. 非常恋旧
138. 狂热追星

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>