

<<人生难题咨询手册>>

图书基本信息

书名：<<人生难题咨询手册>>

13位ISBN编号：9787802555310

10位ISBN编号：7802555310

出版时间：2010-11

出版时间：企业管理出版社

作者：赵凡禹，李玉玲 编著

页数：417

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>

## <<人生难题咨询手册>>

### 前言

每个人都有自己的人生。人这一生中总是有很多的难题困扰，甚至让我们在人生的道路上迷失方向，苦不堪言。当我们遇到一个又一个难题的时候，我们该怎么办？求助于别人吗？有的时候别人确实能给我们很大帮助，帮我们解决一些棘手问题。但是，更多的时候由于种种原因，很多事情我们无法向别人开口，只能自己默默承受，那么你就让这些难题一直困扰着自己吗？你就不想得到更好的解决吗？也许你会问到底该怎么做呢？现在我们就为你找到了解决问题的方法，那就是——《人生难题咨询手册》。有了这本书你不必请求于任何人，因为《人生难题咨询手册》为我们打开了解决人生难题的大门，你心中的种种疑虑都将在此一一解开。从此不再迷惘、不再困扰。

《人生难题咨询手册》是针对生理阶段的人们所遇到的各类难题而提供解决之道的一本书，目的就是帮助这些人走出困惑，走出人生的误区，远离烦恼，从而更好的学习、工作、生活。全书共分六篇：《青春烦恼篇》《恋爱结婚篇》《婚姻生活篇》《养儿育女篇》《人生关系篇》《心理调适篇》。

《青春烦恼篇》：主要是献给为青春问题而烦恼的人。

在青少年时期能够健康成长。并脱颖而出最终成就一番事业无疑是每个青少年及家长的美好愿望。然而现实生活中处于青春时期的青少年无论在学习、生活还是在与父母相处、交友甚至在未来的就业和人生意义等一系列重大问题上。都存在着这样或那样的问题。很显然，要想青少年健康成长并做到出类拔萃。取得骄人的成绩。解决和处理好一系列的青春期问题是至关重要的。

该篇在大量翔实的资料和具体案例的基础上，紧密契合青少年的身体发育、心理特性以及学习生活现状重点剖析了横亘在青少年成长过程中的种种问题。结合影响青少年成长的主客观因素，并通过详实的分析和切实可行的方法进行指导，一套帮助青少年及家长解决青春烦恼的宝典应运而生。

《恋爱结婚篇》：主要是献给为恋爱、结婚而烦恼的人。

恋爱结婚是每个人都要经历的一个过程。然而不是每一个人的恋爱过程都是一帆风顺的，其中总是充满波折和矛盾。出现问题怎么办？大部分人仍处于困惑当中。不知道如何解决。

本篇揭开为何会失恋的前因后果，经由他们的故事，为我们拨开重重迷雾，看清爱情的真相，以及面临“情变”时的心理调整。助你修炼爱情神功，建立自信心，让你早日找到属于自己的真情。

## <<人生难题咨询手册>>

### 内容概要

每个人都有自己的人生，从幼年到成年一生总是有很多的难题困扰着我们，甚至让我们在人生的道路上迷失方向，苦不堪言。

当我们遇到人生一个又一个难题的时候，我们该怎么办？去求助于别人吗？有的时候别人确实能给我们很大帮助，帮我们解决一些棘手难题。

但是，更多的时候，由于种种原因，很多事情我们实在无法向别人开口，只能让自己默默承受。

那么你就让这些难题一直困扰着自己吗？你就不想得到更好的解决吗？也许你会问到底该怎么办呢？答案是：问人不如问己，求人不如求己。

本书为各个年龄段的人所遇到的各类难题提供了解决之道。

目的就是帮助这些人走出困惑，走出人生的误区，远离烦恼，更好地学习、工作和生活。

## &lt;&lt;人生难题咨询手册&gt;&gt;

## 书籍目录

青春烦恼篇——写给那些为青春烦恼的人 第1章 求学路上的坎坷 学习压力很大，苦恼于不知道怎样调节 马上高考了，总是失眠怎么办 大考临近，因成绩毫无起色而郁闷 进入大学，不知如何调整学习方法而苦恼 我是优秀生，可为何也会有行为偏差 以前是佼佼者，进入大学变得普通而苦恼 玩与学习，怎样协调它们呢 考试前总出现各式各样的健康问题，很苦恼 总觉得记忆力下降，该怎样调理 一直被注意力不能集中而困扰 第2章 父母难知我的心 父母管教过于严厉，觉得自己的家庭是“牢笼” 开始厌烦爸爸妈妈怎么办 感觉可以自立了，苦恼事事还要听父母的 因父母反对自由恋爱而苦恼 不知道该如何表达自己的孝心 与父母沟通出现障碍而困惑 看待问题上和父母有差距，不知该如何与父母相处 父母总是爱唠叨，觉得很烦怎么办 不知怎样面对父母过高的期望，心理压力很大 第3章 我怎么就和别人不一样 嗓子怎么老是变哑 脸上怎么那么多小痘痘 因被称为“太平公主”或“大波”而苦恼 和同龄人相比我的身高很矮，有些自卑 觉得自己比别人做的多得到的少，为心理不平衡困扰 总是有一种孤独的感觉，该怎么克服 高中有种挫折感，应该如何调治 觉得嫉妒心过重，影响了学习和交往 想戒掉上网，为自己做不到而苦恼 想远离手淫，但总是控制不住自己 沉迷于黄色信息不能自拔怎么办 第4章 来自交友的烦恼 我是女生，一直被如何克服交往中的羞怯心理困扰 如何在同学中改善人际关系 想结交知心朋友，为如何获得信任而困惑 觉得自己语言木讷，该如何和别人沟通 不知道怎样培养和发展友谊 一直困惑什么是真正的友谊 在新集体，身边有难以相处的人怎么办 和好朋友闹僵了，不知道该怎么和好而苦恼 交往中如何把握和异性间的适当距离 与有钱人如何正确交往呢 第5章 未来的道路好迷茫 渴望成功，不知要培育哪些素质 知道人不是十全十美的，可还是不知道该如何悦纳自己 一直在为该怎样塑造自己的良好气质而苦恼 怎样做才能充满信心，学会抉择呢 为未来努力，怎样建立和保持自己积极的心态呢 很想让自己有责任感。

不知该如何做起 该怎样使自己的青春拥有坚强呢 第一次参加面试，该怎样最佳地表现自己 该怎样应对“女生择业难”问题呢 刚毕业没有经验，如何避免被拒之门外呢 面对就业难我该选择考研还是就业呢 第6章 生命的意义究竟是什么 根本没有青春可言，到底青春是什么 常听到“实现自我价值”，该如何看待自我价值呢 想让自己充满爱心，如何培养爱的感觉 觉得自己的青春因繁重的学习而变得苍白 常觉得学习和生活好累，怎样才能使青春充满快乐呢 因自己没有把握好，失去了人生一个重要机会而懊恼 幸福是什么，我现在生活的幸福吗 一直因自己的青春经常遇到困境而烦恼 面对漫长的人生路，该怎样找自己的最佳适合点呢 恋爱结婚篇——写给那些为恋爱、结婚烦恼的人 婚姻生活篇——写给那些为婚姻生活烦恼的人 养儿育女篇——写给那些为养儿育女烦恼的人 人际关系篇——写给那些为人际关系烦恼的人 心理调适篇——写给那些为心理问题烦恼的人

章节摘录

(一) 反对儿女所选择的对象 因为该对象的外貌、人品、年龄、经济能力、健康状况、教育程度、家庭背景和宗教信仰等条件不够理想或彼此差距太大而遭到父母的反对。

(二) 不希望儿女太早结婚 有时是因为子女年纪还太小；有时是子女还在求学（或者已进入博士班）；有时缺少人手或经济困难的家庭，父母希望未婚子女可多留在家里。

(三) 心理因素 若父母亲的感情很不和睦，他们的婚姻生活陷入危机状况，则此时父母易于趋向拉拢子女，心理上依赖子女，甚至设法占有子女，以求得安全感。这种父母，当他们知道子女要嫁娶另组小家庭时，便显得心里不安，非常无助，也有的更莫名其妙地反对子女的婚事。

(四) 迷信禁忌 我们的社会还流传着一些和婚姻有关的传统禁忌。不少父母辈的人仍迷信这些禁忌。

(五) 行使主婚权 有些父母在理智上是接受青年男女自由恋爱的现象了。在谈论别人的遭遇时，可能说：“时代不同了，让他们自主吧！”

但是，却情绪激动地反对自己的子女自由恋爱，他们把挑女婿、娶媳妇视为父母的绝对主权，认为男女自由恋爱，结婚，对于自己而言非常“没面子”。

理解父母的反对理由后，建议青年子女应采取积极的对策，具体如下：（一）勿感情用事 先设法平息冲动的情绪，理解和体谅你的父母。他们多数的反对都是出于善意的动机。不要怪父母的思想守旧固执，或说他们不懂青少年的心理，从而做出愚昧的行为。

（二）冷静地分析父母反对的理由 冷静地分析父母反对的理由，并理智地对照，反省自己的情况。

有些时候，父母的反对是正确的，子女不该完全不顾自身情况和适婚度（如早婚、不够成熟），对象的条件（如人品、健康状况），和彼此背景差异（如宗教信仰、教育程度）等问题。

社会学和心理学研究证明，男女的家庭和社会背景愈相近，愈有助于婚后的了解和适应。除非男女双方有其他特殊的因素，或个别已相当的成熟，否则青年男女不应以爱情至上，以为彼此相差愈悬殊，愈富有罗曼蒂克味儿，不顾一切的反对而自行结婚，婚后才后悔不已。

因此，若父母的反对是合情合理的，建议青年男女应该放下己见，至少要延缓婚事，多加观察和考虑。

.....

## <<人生难题咨询手册>>

### 编辑推荐

心理问题咨询，婚恋问题咨询，家庭问题咨询，社交问题咨询，青春问题咨询，教子问题咨询，遇事不求人大全集。

《人生难题咨询手册大全集（超值金版）》的三大特色：第一，能够客观、全面地反映困扰现代人的主要问题，并且在合理分析的基础上提出具体的解决办法。

第二，从各角度出发，结合大量的事例告诉人们如何应对自己的烦恼，并使自己、孩子、家人、朋友更好地学习、工作和生活。

第三，可读性和启发性的分析，不仅通俗易懂且对烦恼的人们富有启迪性作用，更重要的是会给大家带来把握自己的信心、勇气。

<<人生难题咨询手册>>

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>