

<<念頭一轉,心就不煩!>>

图书基本信息

书名：<<念頭一轉,心就不煩!>>

13位ISBN编号：9789867874856

10位ISBN编号：9867874854

出版时间：2005年06月17日

出版时间：原水文化

作者：楊順興

页数：288

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>

<<念頭一轉,心就不煩!>>

內容概要

我們生活在一個急遽時代，情緒流轉卻出奇的慢。
所以，我們總是煩，總是焦慮，總是憂鬱。
本書傳授你如何轉換心境、走出陰霾，雨過天晴的快樂配方。
讓你了解何謂心理治療、正視憂鬱及焦慮，更加以剖析人際關係及親子教養上的情緒盲點。
讓你走出情緒迷宮，重拾快樂人生。

<<念頭一轉,心就不煩!>>

作者簡介

楊順興心理師

【學經歷】

台大哲學系畢業

政大心理研究所畢業

曾任 高雄阮綜合醫院身心內科 臨床心理師

曾任 屏東師範學院 教育心理與輔導學系 兼任講師

中國心理學會臨床心理組

高雄市臨床心理師公會

【證照】

專科執照與學會 臨床心理師執照

【現職】

高雄醫學大學附設醫院精神科心理治療師

E-mail : leon.sammi@msa.hinet.net

個人網站 : <http://www.wellbeing.idv.tw>

<<念頭一轉,心就不煩!>>

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>