

<<老年社会心理>>

图书基本信息

书名：<<老年社会心理>>

13位ISBN编号：9787309017496

10位ISBN编号：7309017498

出版时间：1996-09

出版时间：复旦大学出版社

作者：张钟汝

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>

<<老年社会心理>>

内容概要

内容提要

在生活中，常常听到一些老年人抱怨：我老了，不中用了，干什么都不行喽！

他们把自己因大自然规律而导致的体力和精力的下降，看成是生命之火即将熄灭，由此产生种种不良心理问题。

事实上，年龄的老化只是使老年人转换了自己的生活舞台而已，从工厂、机关等转向家庭，从厂长、科长等转为平民百姓……本书以通俗易懂的文笔，结合生动活泼的事例，向广大老年人介绍各类解决心理问题的方法，普及社会心理学常识，培养他们良好的个性和积极的心态，以期使老年人能适应生活角色而转换，及时调整心态，从而拥有幸福、愉快的晚年。

<<老年社会心理>>

书籍目录

- 目录
- 前言
- 第一章 开启老年人心灵的钥匙
 - 老年社会心理学是什么
 - 一 老年心理学和老年社会心理学
 - 二 老年人的年龄认定
 - 三 为什么要学习老年社会心理学
- 第二章 外面的世界真精彩
 - 老年人的感知觉
 - 一 老年人的视觉、听觉变化
 - 二、老年人的味觉、嗅觉变化
 - 三 老年人的躯体感觉变化
 - 四、延缓感知觉衰退的办法
- 第三章 老年人可以驾驭学习和记忆
 - 老年人的学习、记忆和智力
 - 一 老年人的学习特点
 - 二 老年人的记忆特点
 - 三 老年人的智力特点
 - 四、改善记忆及提高智力水平的方法和途径
- 第四章 让烦恼在笑声中消失
 - 老年人的情绪
 - 一、情绪的涵义和特点
 - 二 老年人的情绪特点
 - 三、消极情绪给老年人带来的危害性
 - 四 老年人情绪的控制和调节
- 第五章 做一个和蔼可亲的老人
 - 老年人的性格
 - 一、性格的一般概念和内容
 - 二 老年人的性格类型及其特征
 - 三 老年人性格变化的生理、社会因素
 - 四 老年人如何优化自己的性格
- 第六章 迎接人生的第二个春天
 - 更年期和老年人离退休心理调适
 - 一、更年期的生理和心理变化
 - 二、更年期的心理护理
 - 三 老年人的角色转换与角色失范
 - 四 老年人角色学习和心理适应
- 第七章 尊老爱幼共叙天伦
 - 老年人代际心理
 - 一、家庭生命周期和代际关系
 - 二 老年父母与子女关系的调整
 - 三、维系祖孙关系的意义
 - 四、婆媳（翁婿）关系的心理矫正
 - 五代沟的存在与缩小
- 第八章 少年夫妻老来伴

<<老年社会心理>>

老年夫妻心理

- 一 老年夫妻情感的基本特征
 - 二 老年夫妻家庭幸福的心理指标
 - 三、影响老年夫妻关系的因素
 - 四 老年夫妻关系的心理调适
- 第九章 你想交更多的朋友吗？

老年人人际交往心理

- 一 人的社交圈和人际交往风格
 - 二 老年人人际交往的特点和作用
 - 三 老年人人际交往的障碍
 - 四、改善老年人人际交往的心理技巧
- 第十章 夕阳更红艳，人生更美好

老年人审美心理

- 一 老年人审美活动的功能
 - 二 老年人审美心理障碍
 - 三 老年人审美活动形态
 - 四 老年人美感表现形态
- 第十一章 比药补和食补更重要的事情

老年人心理卫生

- 一 什么叫心理卫生
 - 二 老年人心理卫生问题和心理疾病
 - 三 老年人心理卫生问题和心理疾病产生的原因
 - 四 老年人心理障碍的治疗和预防
- 第十二章 以淡泊宁静的性情颐养天年

老年人长寿心理

- 一、长寿和衰老
 - 二、长寿老人的心理特点
 - 三、影响老年人长寿的各种因素
 - 四、延年益寿的养生之道
- 后记

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>