

<<老年心理保健>>

图书基本信息

书名：<<老年心理保健>>

13位ISBN编号：9787532367535

10位ISBN编号：7532367533

出版时间：2002-10

出版时间：上海科学技术出版社

作者：崔丽娟

页数：143

字数：88000

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>

<<老年心理保健>>

内容概要

安度晚年是我们社会中每个老年人的共同心愿，而安度晚年的前提是每个老年人都拥有健康，不仅是生理上的健康，还包括心理上的健康。本书针对老年人中常见的心理疾患(如由于丧偶而引起的孤独感、由从工作岗位上退下来而引起的失落感、由常年患病而引起的对死亡的恐惧感等)，给出疏通、排解方法，让老人们能摆脱这些心理阴影，保持良好的心理状态，愉快地度过晚年生活。

<<老年心理保健>>

书籍目录

第一章 健康与老年生活 第一节 做一个健康的老年人 第二节 衰老——健康的大敌 第三节 健康要从心理抗衰老开始第二章 社会适应与老年生活 第一节 老年人退休后的社会适应 第二节 老年人社会适应中的应激与应对第三章 情绪与老年生活 第一节 情绪与老年人的生活 第二节 老年人不良情绪的反应及疏导第四章 性格与老年生活 第一节 性格类型与老年生活 第二节 老年人的性格特征 第三节 老年人的性格类型与优化第五章 生死观与老年生活 第一节 老年人的生死观 第二节 死亡心理 第三节 树立正确的生死观后记

<<老年心理保健>>

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>