

图书基本信息

书名：<<心理健康知识读本/全民科学素质行动计划丛书>>

13位ISBN编号：9787534151538

10位ISBN编号：7534151538

出版时间：2012-12

出版时间：赵国秋、傅素芬、赵宏洲 浙江科技出版社 (2012-12出版)

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>

书籍目录

概述篇何谓心理及心理卫生中国人的心理健康标准心理健康与幸福指数何为心身疾病认识精神疾病
心理健康篇婴幼儿期的心理卫生学龄前期的心理卫生学龄期的心理卫生青少年期的心理卫生中年期的
心理卫生老年期的心理卫生 人际交往篇人际交往心理学人际交往的功能人际交往的一般原则如何与
别人交往人际交往中应注意的几个问题 夫妻相处篇新婚“矛盾期”新婚后感感情矛盾的防止和处理幸
福家庭公式有效调节夫妻双方的心理要求语言艺术和夫妻关系中年期夫妻间的三大“突出”矛盾中年
期夫妻相处的艺术 压力调整篇紧张压力的心理生理反应生活事件与健康压力产生的原因压力的自我
分析压力的自我调节——神经肌肉放松法 附录(一)抑郁症状自评量表(二)强迫症的自测量表(三)焦虑
自测问卷

编辑推荐

《全民科学素质行动计划丛书》以图文并茂的形式、通俗易懂的语言介绍了丰富多彩的科学知识，突出了科学性和实用性，贴近实际、贴近群众、贴近生活，是人们学习新知识、了解新动态、掌握新方法的好帮手，是一套优秀的科普读物，也是“科普图书室”、“农家书屋”、“社区书屋”以及家庭所需的优秀书目。

赵国秋、傅素芬主编的《心理健康知识读本》为其中一册，内容包括心理健康、人际交往、夫妻相处、压力调整等。

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>