

<<心理咨询>>

图书基本信息

书名：<<心理咨询>>

13位ISBN编号：9787543921184

10位ISBN编号：7543921189

出版时间：2003-5-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：季建林

页数：183

字数：142000

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>

## <<心理咨询>>

### 内容概要

本书介绍了人的社会生活适应、健康心理与心身疾病、个体心理特征与心理现象的自我调整，以及常见心理障碍与精神疾患这四个方面。

第一部分为社会适应方面，主要是面向大多灵敏健康人，使其认识到人的一生离不开社会、离不开与人交往，应该学会如何去适应社会和改善人际关系，而不是让社会来适应自己；第二部分为健康心理与心身疾病方面侧重疾病心理和生活方式与健康间的关系，如心身疾病、患病后的心理反应，以及性格与癌症、冠心病、哮喘、溃疡病等的关系；第三部分为常见心理问题的自我克服，介绍一般心理活动的特点，如情绪、性格、智力活动等，以及一些习为常的心理现象与调节等；最后介绍了常见心理障碍与精神疾患，如抑郁、焦虑、痴呆和精神分裂症等精神疾患的识别和处理。

本书适用于社会各阶层人士阅读，包括有心理问题或心理障碍者及其家属，以及心理卫生工作者，教育工作者与社会工作者，认识和重视心理健康，消除对心理障碍的恐惧以及对心理障碍者不必要的社会偏见。

<<心理咨询>>

作者简介

季建林, 男, 1962年生, 教授, 硕士生导师。

1983年毕业于上海第一医学院医学专业, 1989年毕业于原上海医科大学研究生院(精神卫生专业)。自1983年以来一直在原上海医科大学、上海市精神卫生中心和上海中山医院从事临床、教学与科研, 1997年晋升为教授。

自1998年以来,

## &lt;&lt;心理咨询&gt;&gt;

## 书籍目录

引言—社会生活——角色、交往与适应 人是社会性的，是社会生活中的一分子 人的社会角色与地位 人与人之间的相互关系 人际交往的原则 影响人际关系的因素 如何与人交往 心理应激与生活事件 人们如何面对挫折 人的心理平衡与防御机制 如何看待人的基本需要 人的态度可以改变吗 如何看待社会上的“流行”与“时髦” 如何面对社会舆论和流言 酒与社会交往 是改变社会还是适应社会 “爱情”关系中的角色问题 刍议“失恋”后怎么办 伴侣的选择 “一见钟情”还是“水到渠成” 夫妻关系的有关心理学理论 个人与社会团体 如何看待上下级或团体中的领导者

二 健康——心理、生理与心身疾病 医学模式的转变——从“看病”到“看病人” 躯体疾病病人的心理问题不容忽视 生活方式与健康 如何看待病人角色 患病后的一般心理反应 心身疾病的概念 了解睡眠、失眠和梦 疼痛及其心理、社会影响因素 认识心因性疼痛 “A型行为”与心血管疾病 癌症病人的性格与心理适应 如何克服“C型性格”和降低患癌的危险性 手术病人的术前心理变化 器官移植病人的心理变化 慢性病人的心理变化 性格与消化性溃疡 性格与哮喘 情绪与机体免疫功能的关系 健美与进食障碍 如何克服考试焦虑症 女性心理及更年期 中、老年人的生理、心理和行为特点 中、老年人的心理社会问题 衰老与老年性痴呆 如何识别老年人是否有痴呆

三 常见心理问题的自我调整

四 神经症与精神疾患

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>