第一图书网, tushu007.com

<<心理医生>>

图书基本信息

书名：<<心理医生>>

13位ISBN编号：9787801069771

10位ISBN编号：7801069773

出版时间：2010-1

出版时间：线装书局

作者：马松源　主编

页数：全4册

字数：1360000

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

内容概要

健康对每个人都是最重要的，有健康才会有一切。
假设一个人有l00000000万，前面的1代表健康，后面的0代表你的房子、车子、妻子、儿子、金子等，如果没有前面的健康1，后面都等于0。
可是许多人只有到了病危的时候，才体会到健康和生命的重要。
所以我们如何采取积极主动的手段，让自己少生病、不生病，成了摆在我们面前的一个重要课题。

当然，健康不仅包括身体健康，还包括心理健康。
世界卫生组织宪章早在1948年就提出了健康的概念：“ 健康不仅仅是不生病，而且是身体上、心理上和社会上的完好状态。
”这就是说，健康不是单一的指身体没有疾病，而是包括了人的所有思维、行为等诸多方面。
而要保持这一完好状态，就需要科学的健康管理。

实施健康管理，就是变被动的疾病治疗为主动地管理健康，达到节约医疗费用支出、维护健康的目的。
健康管理的宗旨是调动个人及集体的积极性，有效地利用有限的资源来达到最大的健康改善效果。

现在，健康与养生已经成为热门话题。
健康与养生是两个不同的概念。
健康是养生的前提，养生是在健康的基础上提出来的，是对健康更加深入的理解与追求。
健康偏重于理念，养生偏重于方法。
要理解养生，先要理解健康。

如今，只要有钱什么都可以买到，但有一样东西是绝对买不到的，那就是健康。
健康是人生最大的财富。
提醒朋友们，不要拿自己的健康开玩笑，努力去理解健康和追求健康，享受生活的乐趣是我们生活中最重要的内容。

那么，如何综合个人、环境等各方面的因素，从整体上把握自己的健康，如何以更加正确的态度来对付疾病，以及改善自己的生活方式，更好地制定健康计划，延年益寿，本套书系——《中华健康管理书系》将为你解决你所遇到的麻烦和问题。
本套书系包括《中华国医健康绝学》、《中华养生秘笈》、《家庭医疗养生保健百科全书》、《本草纲目》、((中医四大名著》、《黄帝内经》、《心理医生》、《家庭医生》等。

本套书系是由医学和养生专家、学者耗时三年时间编辑而成，是根据中国人的身体特点和生活习惯，专为国人量身定做。
书系里提供了一种全新的健康哲学，一套全新的身心健康理念，她所传播的以拥有健康知识为基石的生活方式和对人类保健的全面的看法，必将成为一种全新的健康文化。
总之，此套书系对于促进国人整体身体素质的提高，保障国人个人健康以及家庭的幸福将起到重要的作用。

<<心理医生>>

书籍目录

《1　心理医学篇》
第一章　绪论
第一节　医学心理学概述
第二节　医学心理学的研究对象和任务
第二章　医学心理学的方法学
第一节　常用的心理学研究方法
第二节　定量研究与定性研究的应用
第三节　医学心理学中的统计学方法的应用
第三章　医学心理学的基础知识
第一节　感知觉
第二节　意识状态
第三节　学习与条件反射
第四节　记忆
第五节　语言与思维
第六节　需要与动机
第七节　情绪与应激
第八节　人格
第九节　个体心理的发展
第十节　社会行为
第十一节　人际行为与群体影响
第四章　健康心理与异常心理
第一节　健康心理概述
第二节　异常心理的概念与判别标准
第三节　异常心理的类别与成因
第五章　变态心理学
第一节　变态心理学概念
……
《2　心理咨询篇》
《3　心理诊疗篇》
《4　心理保健篇》

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