

图书基本信息

书名：<<智慧.和谐.希望-社区心理卫生读本>>

13位ISBN编号：9787117086431

10位ISBN编号：7117086432

出版时间：2007-5

出版时间：人民卫生

作者：杨凤池

页数：223

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

《智慧·和谐·希望：社区心理卫生读本》内容丰富、结构合理。

开篇介绍了心理健康和心理障碍的概念和相关知识，对和谐社区建设与心理保健之间的关系，以及社区心理卫生工作的开展进行了论述。

这不仅澄清了许多读者对心理学的模糊认识，而且也使读者能够更加客观、清醒地意识到心理学在生活中的重要意义。

在《智慧·和谐·希望：社区心理卫生读本》的中间主体部分，作者别具匠心地通过一个个小故事，折射出人们生活中常见的心理现象和心理问题，包括不同年龄段常见的心理问题、家庭关系以及心身关系问题等等，并从心理学的角度对这些问题加以分析判断，说明原因，提出解决办法或应对措施。而且在每个故事后面，还以小贴士的形式给予进一步指导。

这种生动活泼的写作形式，颇符合现代社区居民对心理学读物的实际需求，让读者能够轻松而不乏思考地理解和掌握实用的心理学知识与技术。

《智慧·和谐·希望：社区心理卫生读本》最后是作者多年来在社区开展的心理学健康讲座，其中不乏较强的专业知识，为这本科普色彩浓厚的心理卫生读本更添了重彩。

纵观全书，主要体现出如下特点：首先，典型性与普遍性相结合。

虽然作者选取的小故事数量有限，但基本涵盖了社区居民日常生活中常见的心理现象，对社区居民和社区心理卫生工作者发现问题、解决问题，具有普遍的指导意义，达到了融入社区、亲近百姓的目的。

第二，科普性与专业性相结合。

奉书的目的，是为了普及社区心理卫生知识，推进社区心理卫生工作的开展。

因此，作者力求将专业性较强的心理学理论和技术以一种更容易理解和把握的方式表达出来，增加心理学的可操作性。

第三，知识性与趣味性相结合。

作者对小故事的解析与指导，充满了心理学含义，有理有据，又不乏温馨有趣的小提示，可谓沁人心脾。

总之，《智慧·和谐·希望——社区心理卫生读本》是一本值得一读的心理卫生科普读物，可作为社区居民的心理健康指南。

我笃信，杨凤池教授为中国社区心理卫生事业发展所做出的贡献，一定会得到广大社区居民的认可。

他们将通过阅读此书一抹往日困惑，获得唾手一招，并信步于社区、家庭生活。

所有从事与热爱心理学工作的人们，也将从中汲取养分，获益匪浅。

《智慧·和谐·希望：社区心理卫生读本》的出版发行，将会对普及社区心理卫生知识和推动和谐社区建设起到重要作用。

## 作者简介

杨凤池, 男, 50岁。

现任首都医科大学教授、心理学教研室主任, 研究生导师。

兼任中国心理卫生协会职业群体专业委员会副主任委员, 北京心理卫生协会副理事长。

杨凤池教授长期从事心理学教学、科研、咨询工作。

共发表科研论文37篇, 译著4部, 主编、副主编、参编教材12部及科普著作5部。

曾获2项科研成果奖, 1项技术改进奖。

1995年获得首都医科大学教学基本功大赛一等奖。

1996年获北京市“优秀青年骨干教师”称号, 同年9月当选为首都医科大学“十佳青年”。

自1985年开始从事心理健康工作, 有心理咨询和心理治疗的丰富工作经验。

1995、1996和1997年三度赴意大利进修, 学习心理分析和心理治疗技术, 1996年获得国际本体心理学会颁发的“临床心理学家”资格证书。

1997年6月参加瑞士日内瓦国际心身疾病研讨会, 1997年10月参加莫斯科第一届世界本体心理学年会, 并做大会发言。

自2000~2003年接受中德精神分析心理治疗师系列培训, 取得毕业证书。

杨凤池教授开展了大量心理学社会实践和心理健康教育活动。

他曾经为“神舟飞船”系统工程技术人员、中央驻京机关干部、国际航空公司、首都机场集团公司等全国各地企事业单位的工作人员和高校大学生做心理减压讲座; 并参与黑龙江洪灾灾后心理救援和“非典”心理干预工作。

他的活动经常被中央和地方媒体报道, 并经常应邀在电台和电视台主持心理咨询节目。

目前, 担任中央电视台《心理访谈》节目特邀专家主持。

书籍目录

第一部分 和谐社区需要心理健康一、什么叫心理健康二、常见的心理障碍有哪些三、和谐社区建设与心理保健四、社区心理卫生工作应该如何开展第二部分 人生韵律一、可爱宝贝1.母乳喂养好,还是人工喂养好2.孩子怎么不如以前那样爱笑了3.乱扔东西是故意捣乱吗4.孩子怎么又开始吸吮手指了5.孩子什么时候才能自己控制大小便6.为什么孩子总爱拿着臭袜子睡觉7.孩子是“左撇子”怎么办8.孩子怎么越大越不听话了9.怎样对待生理上有缺陷的孩子二、爱的天使1.妈妈是我的“挡箭牌”2.我不喜欢上幼儿园3.孩子是个“人来疯”4.谁是家里的“指挥官”5.我是男生还是女生6.打开天窗说亮话7.饭桌上的“星球大战”8.我是“小结巴”,请耐心听我说9.责备孩子有门道三、快乐童年1.游戏伴我成长2.儿子“喜欢”挂断电话3.孩子的谎言4.妈妈,我不愿对你发脾气5.妈妈,我不愿上学了6.难道我真是“草包”吗7.儿子为什么喜欢攻击别人8.注意力不集中的孩子9.我也需要尊重四、灿烂青春1.我不想上学2.少女情窦初开3.我的脸像“红苹果”4.为了减肥,她宁愿挨饿5.网络情缘,亦真亦幻6.考考考,老师的法宝7.青春期性幻想,是好还是坏8.网络游戏,让人欲罢不能9.酸酸甜甜就是我五、人到中年1.为什么我活得这么累2.为什么我的婚姻亮起红灯3.更年期遭遇青春期4.男人也有更年期5.警惕中年人的杀手——“过劳死”6.情感困惑的背后7.再婚家庭的苦恼六、幸福晚年1.老年人心理健康六条标准2.抚慰“空巢老人”的情感世界3.老人为何舍不得花钱4.“老来拌”冲击“老来伴”5.无官未必一身轻6.咫尺方屏,自显风流7.夕阳无限好,携手铸晚情第三部分 我爱我家1.走出失恋的“沼泽地”2.爱在心中口难开3.怎样“修理”懒丈夫4.老公为何不肯早回家5.“生”还是“升”6.如何应对丈夫的不良嗜好7.爱人不是“出气筒”8.谁该做出“牺牲”9.如何重获丈夫的心10.小皇帝、小公主的烦恼11.孩子不愿学习怎么办12.单亲家庭的孩子不再幸福吗13.老公要做“双面胶”14.婆媳大战——家庭不睦之源15.代沟真的不可逾越吗16.有一种“浪漫”让人心酸17.远亲不如近邻第四部分 心身和谐1.珍视宝贵的睡眠2.令人烦恼的“痛经”3.妻子为什么一生气就肚子疼4.老年人为何总喊腰腿痛5.什么是更年期综合征6.高血压病患者爱着急7.糖尿病患者为什么总爱烦8.癌症与“生闷气”有关吗9.搭建幸福终点站第五部分 悠悠我心1.发生“火灾”怎么办2.面临“拆迁”怎么办3.撕心裂肺的丧偶伤痛4.下岗意味着世界末日吗第六部分 心灵绿洲1.一旦出现心理障碍怎么办2.从“心”开始术后康复3.听音乐能治病吗4.怎样放松紧张的心情5.运动和心理健康有关系吗第七部分 杨凤池心理健康讲座讲座一 心理健康与长寿讲座二 心理因素与疾病讲座三 心理工作者的成长

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>