

<<中年心理诊所>>

图书基本信息

书名：<<中年心理诊所>>

13位ISBN编号：9787536045255

10位ISBN编号：7536045255

出版时间：2005-5-1

出版时间：花城出版社

作者：马志国

页数：398

字数：250000

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>

## <<中年心理诊所>>

### 内容概要

谁的心灵最需要关照？

老人？

孩子？

年轻人？

我们的孩子？

最需要心灵关照的，是我们，是我们中年人。

人们习惯以年富力强来赞美中年人。

不错，社会也好，家庭也罢，中年人的确都是顶梁柱。

殊不知，正因此，人在中年的心灵才最需要关照。

中年人面对着婚姻与家庭中的许多问题，肩负着生活与事业中的很多重担。

不论主家庭来说，还是就社会而言，中年人都随着最大的心理压力。

中年人，上要关照老人，下要关照孩子，唯独容易忘了关照自己，更容易忘了关照自己的心灵。

令人遗憾的是，社会也常常忘了对中年人心灵的关照。

现在，读者朋友手上的这本书，便是一本帮助中年朋友关照自我心灵的书。

<<中年心理诊所>>

作者简介

马志国，心理学者，知名心理咨询师、心理散文作家，天津市心理学会、心理卫生协会、教育学会、科普作家协会会员，中国心理学会会员，中国性学会会员，中国管理科学研究院特约研究员，中国教育家协会理事，多家书报刊名誉主编、特约编委、特邀专家、顾问，中央及地方多家电视

## &lt;&lt;中年心理诊所&gt;&gt;

## 书籍目录

关照心灵：中年生活的福音（代序）一、处世心理：解脱“不惑”之惑 1.中年男人的心理困扰 2.中年女性的心理压力 3.四十不惑,关键是明白自己 4.中年大智:调低自我期望值 5.面对生活,你怎能逃避 6.职业女性的职场尴尬 7.中年出国,要想好为什么 8.中年单身女人的困惑 9.走过“四十岁过渡期” 10.中年心理怎样算健康 11.“山穷水尽”到“柳暗花明”二、婚姻心理：围城中不再迷路 12.女人，你怎样当妻子 13.你的婚姻满意度如何 14.给自己的心找到家园 15.中年婚姻东章变调之后 16.为什么心里总是不平衡 17.怀疑妻子不忠的背后 18.男人寻花问柳为哪般 19.离婚,也许打开了新的幸福之门 20.正视再婚,甘蔗哪有两头甜 21.中年择偶,幻想岂能当现实 22.为什么两任丈夫一个样 23.她为何非要弃我再投前夫三、家教心理:面对半大不大的孩子 24.怎样面对孩子的不听话 25.怎样善待孩子的初变情 26.孩子为何离家出走 27.让孩子学会对自己负责 28.女孩为何遭遇“心灵幼稚症” 29.男孩为何出现“自信缺失症” 30.让“母子战争”硝烟飘散 31.让“母子战争”化为和平四、人际心理：善待交往中的你我 32.做人环境的主人 33.人际困扰，有果必有因 34.让友谊和功利“和平共处” ...五、性事心理：“保鲜”中年之爱六、迷情心理：别蒙上眼睛骗自己七、病态心理：心障怎样跨越八、自测心理：认识你自己后记

章节摘录

书摘“对……”随后，电话那端沉默良久。

我知道女士开始了独立而冷静的思考。

其实，我知道我所说的是人人都懂的道理。

同时，我也知道女士自己又确实没有想到这些。

为什么呢?一定是她的心很乱，陷入了情绪化心态之中。

情绪化心态之下，人好像变得“弱智”，思维是混乱的，是缺乏理性的，甚至理性一片空白，行为决定完全被情绪所左右。

那么，她为什么陷入情绪化心态呢?虽然由前面的沟通我已经有所推测，但还是需要进一步印证。

于是，我交流了上面的意思之后说：“你究竟为什么萌生了去国外的想法?”“当时我没想那么多。”

女士说，“我就是想换个环境，我不想在这里的企业干了，我觉得在机关干了几年又回到企业，心里很不是滋味。

”在开始的叙述中，从她不经意问的强调行政编制，强调国有企业，已经流露了她很在乎名分的心态，现在又得到了证实。

于是，我说：“这就是你的不开心，是吗?你的意思是说，你很在乎在局机关工作的名分，你感到回到企业很丢面子?就是说，你想去国外仅仅是为了面子，为了名分。

是吗?”女士承认说：“您算点到了我的病根了。

”“在乎名分，在乎面子，其实这也是人之常情。

”我说，“问题是我们不能不考虑现实性。

以你的情况，孤身一人抛家舍业去异国他乡，这与换个工作单位到底有很大的不同，自己不难想象会有多大难处。

究竟有什么值得让自己抛家舍业的?换来的东西到底值不值?不要说只是工作变化，即使是饭碗砸了，也未必到了抛家舍业去国外谋生的份儿。

好端端一个家，忽然之间丢掉，去了国外，到底是为了什么，还不是就为了挣一碗饭钱?

P32

## <<中年心理诊所>>

### 媒体关注与评论

书评直面中年男人的心理困扰，解读中年女性的心理压力，点击中年危机的“关键词”，关照中年遭遇的心理“更年期”。

<<中年心理诊所>>

编辑推荐

人在中年，生活中总是有太多的担当，脚步总是那样的匆忙。

此刻，稍稍驻足，来关照一下自己的心灵。

本书直面中年男人的心理困扰，解读中年女性的心理压力，点击中年危机的“关键词”，关照中年遭遇的心理“更年期”！

把心灵的沟通化作生活的福音！

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>