

<<心理健康>>

图书基本信息

书名：<<心理健康>>

13位ISBN编号：9787801206299

10位ISBN编号：7801206290

出版时间：2002-8

出版时间：中国华侨出版社

作者：周玉

页数：440

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>

## <<心理健康>>

### 内容概要

本书将为您提供缓解心理压力之道，提出自我健康的新概念，让您自己做自己的心理医生。

## <<心理健康>>

### 书籍目录

日益激烈的职业和学业竞争导致人际关系的淡漠和疏远，来自社会的支持被削弱了。同时，家庭关系也在社会变革的冲击下发生变化——代沟、离婚、婚外恋、医疗保健、子女入学等等。

日益加快的生活节奏，沸沸扬扬的各种时尚将我们固有的生活秩序打破。在传统社会与现代社会转型时期，我们既有凌云壮志，也有莫名的忧虑和恐惧。

本书将为您提供缓解心理压力之道，提出自我健康的新概念，让您自己做自己的心理医生。

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>