第一图书网, tushu007.com

<<老年心理健康金钥匙>>

图书基本信息

书名：<<老年心理健康金钥匙>>

13位ISBN编号：9787811252118

10位ISBN编号：7811252112

出版时间：2009-1

出版时间：中国海洋大学出版社

作者：崔维珍　等主编

页数：175

字数：220000

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

第一图书网, tushu007.com

<<老年心理健康金钥匙>>

内容概要

老年人是一个特殊的群体，其生理机能产生变化并具有特殊的心理特点，影响老年人的身心健康。
由于他们经济地位及政治地位的变化，儿女们各自忙碌工作使他们独守“空巢”，他们比较容易产生消极的情绪与情感，各种“丧失”包括离退休、身患疾病、经济困窘、子女及配偶的丧失等又是情绪体验的最重要的激发事件。
这些心理卫生问题如能及时解决，可明显减少老年人心身疾病和精神疾病的发生，如抑郁症、疑病症、高血压症、糖尿病、脑动脉硬化，等等。
本书从预防观点出发，较系统地介绍了老年人的生理变化、心理特点、精神卫生问题及老年期常见的精神障碍。
希望为广大读者提供一些老年心理卫生知识和精神卫生知识，以协助老年人及其家属了解老年人的心理变化、正常与异常心理，初步了解老年人一些精神障碍的早期症状，以及如何以正确的态度来对待老年人的心理卫生问题和精神疾病。

第一图书网, tushu007.com

<<老年心理健康金钥匙>>

书籍目录

第一章　老年期的生理与心理特征 第一节　老年期的生理改变　1．什么是老年期？　2．什么是生理年龄？　3．什么是心理年龄？　4．老年人循环系统有哪些改变？　5．老年人呼吸系统及消化系统有哪些改变？　6．老年人泌尿、血液系统及性机能有哪些改变？　7．老年人神经系统有哪些改变？　8．老年人脑电图有哪些改变？　9．健康老年人标准有哪些？　10．老年期疾病的特点是什么？第二节　老年期的心理改变及调整方式　11．老年期在情绪与情感方面有哪些改变？　12．老年期的情感体验有哪些特点？　13．什么是情绪体验的最重要的激发事件？　14．人老了个性会变化吗？　15．老年人个性变化主要表现在哪些方面？　16．影响老年人个性变化的因素主要有哪些？　17．老年人的记忆有哪些变化？　18．老年人为何要保持心理卫生？　19．老年人的心理卫生包括哪些？　20．老年人心理卫生应注意哪些问题？　21．如何做好老年人的心理卫生?第二章 老年人的社会适应问题与心理调适．　第一节　老年人离退休后的社会适应问题　22．什么是离退休综合征？　23．离退休综合征的主要表现是什么？　24．如何适应离退休生活？　25．离退休后生活也要有规律吗？　26．为什么离退休后要注意培养对生活的情趣？　27．离退休前应作好哪些准备？　第二节　老年人婚姻家庭中的精神卫生问题　28．什么是“家庭空巢综合征”?其主要表现是什么？　29．“家庭空巢综合征”的产生原因？　30．怎样克服“家庭空巢综合征”？　31．如何正确对待丧偶？　32．丧偶后的心理变化分哪几阶段？　33．丧偶后的心理如何调适？　第三节　老年人再婚的适应问题　34．老年人再婚常有那些消极心理？　35．老年人对待再婚应持什么样的态度？　36．再婚后应注意哪些问题？　37．再婚后如何培养双方的感情？　第四节　代际关系的适应问题　38．代际关系不和的常见原因有哪些？　39．代际关系的调适原则是什么？　40．调适代际关系父母和子女应该如何做？　41．代际关系是如何形成的？　42．家庭和睦需注意哪些问题？　43．老年夫妻冲突的常见原因有哪些？　44．老年人如何解决夫妻关系的冲突?第三章养老机构老年人的心理卫生与护理　第一节　养老机构老年人的角色变化　45．养老院老年人心理护理的重要性是什么？　46．养老机构老年人的角色转型有哪些？　47．养老机构老年人常见的角色错位有哪些？　48．居住在养老机构的老年人心理变化的特点是什么？　49．养老机构老年人的特殊心理需求有哪些？　……第四章　老年期常见精神障碍第五章　老年人的心理养生

第一图书网, tushu007.com

<<老年心理健康金钥匙>>

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