

《心理讲堂——新时期官兵心理健康基础》

图书基本信息

书名：《心理讲堂——新时期官兵心理健康促进》

13位ISBN编号：9787562347670

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

内容概要

978-7-5623-4767-5

开本: 大32 开

版次: 1-1

字数: 20.0 万字

页数: 232 页

定价: 22.0 元

内容简介

本书主要是把从事基层心理工作的各位专家的心理健​​康课件进行集中编修, 全书结合事例分为“七色彩虹”“友善和谐”“幸福港湾”等等21个方面的内容, 从心理科学角度分析各种心理问题及作出阐释和解答。本书是官兵授课用书, 也可作为心理工作者的参考资料。

作者简介

于泱，女，1972年出生，硕士学位，副主任医师，国家三级心理咨询师。从事部队心理卫生工作多年，发表学术论文30余篇，主编过《军人亚健康防治手册》《官兵常见心理问题解析》《健康行为养成》等书籍，获得军队科技进步三等奖2项。现在广州军区疾病预防控制中心工作。李权超，男，1969年出生，硕士学位，研究员，国家二级心理咨询师。从事部队心理卫生和健康教育工作，发表学术论文70余篇。主编过《军事训练心理学》《军事应激心理学》《部队心理卫生工作研究》《和谐心理怡情美文》等书籍，获得军队科技进步二等奖2项、军队科技进步三等奖5项，获得国家专利3项。先后被华南师范大学、广州药学院、军事医学科学院聘为硕士导师，2012年被总政治部表彰为全军优秀心理服务工作者。现任广州军区疾病预防控制中心健康教育科主任。

书籍目录

- 七色彩虹——谈青年官兵的情绪管理
- 点滴养成——谈青年官兵的性格塑造
- 友善和谐——谈青年官兵的人际交往
- 超越自我——谈青年官兵的情商培养
- 境由心生——谈青年官兵的阳光心态
- 看淡得失——谈青年官兵的心理平衡
- 自我修炼——谈青年官兵的内心和谐
- 快乐工作——谈青年官兵的人生幸福
- 解性释惑——谈青年官兵的性心理健康
- 幸福港湾——谈青年官兵的婚恋与家庭
- 珍爱生命——谈青年官兵的自杀防范
- 理智失缰——谈青年官兵的激情犯罪
- 张弛有度——谈青年官兵的压力调控
- 主动应对——谈青年官兵的心理调适
- 苦其心志——谈青年官兵的军训心理
- 砺胆激气——谈青年官兵的心理训练
- 积极管控——谈战前官兵的心理应激
- 敢打必胜——谈战时官兵的心理应激
- 坚定意志——谈战时官兵的心理防御
- 犯边必诛——谈海上维权的心理防护
- 心事心匙——谈青年官兵的心理疏导

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:www.tushu000.com