

# 《念頭一轉,心就不煩!》

## 图书基本信息

书名：《念頭一轉,心就不煩!》

13位ISBN编号：9789867874856

10位ISBN编号：9867874854

出版时间：2005年06月17日

出版社：原水文化

作者：楊順興

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](http://www.tushu000.com)

# 《念頭一轉,心就不煩!》

## 內容概要

此書中所提到的各種治療方式，都是作者於心理治療會談實務上常使用之技術。個案的反應相當良好。除了描述這些治療技術如何使用之外，作者也會簡單的說明它背後的理論基礎。

本書分為六個篇章，依序是認識心理治療篇、人生困境篇、人際問題篇、焦慮篇、憂鬱篇、親子教養篇。「心理治療篇」主要在介紹心理治療的概念，以及基本的精神醫學常識；「人生困境篇」散論面對問題的態度；「人際問題篇」介紹各種改善人際的方法；「憂鬱篇」、「焦慮篇」則在介紹憂鬱症、焦慮症這兩類疾病的特徵以及它們的治療策略；「親子教養篇」則介紹管理孩子行為的技巧。

## 作者簡介

楊順興心理師

### 【學經歷】

台大哲學系畢業

政大心理研究所畢業

曾任 高雄阮綜合醫院身心內科 臨床心理師

曾任 屏東師範學院 教育心理與輔導學系 兼任講師

中國心理學會臨床心理組

高雄市臨床心理師公會

### 【證照】

專科執照與學會 臨床心理師執照

### 【現職】

高雄醫學大學附設醫院精神科心理治療師

E-mail : leon.sammi@msa.hinet.net

個人網站 : <http://www.wellbeing.idv.tw>

# 《念頭一轉,心就不煩!》

## 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](http://www.tushu000.com)