

《压力咨询》

图书基本信息

书名：《压力咨询》

13位ISBN编号：9787501959815

10位ISBN编号：7501959811

出版时间：2007-9

出版社：中国轻工业

作者：埃里斯

页数：221

译者：孙菲菲

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

《压力咨询》

内容概要

《压力咨询》是一本从理性情绪行为疗法角度介绍压力咨询的理论和实践方法的书。本书作者之一Albert Ellis是美国临床心理学家，理性情绪行为疗法（REBT）的先驱，他将此理论融合到力咨询中，运用很多详实的个案材料及丰富具体的咨询技术，使本书具备了良好的操作性和实践性。本书内容涉及压力咨询的不同阶段、压力咨询技术、职场压力和团体工作等。本书内容涉及压力咨询的不同阶段、压力咨询技术、职场压力和团体工作等，可以帮助咨询师更有效地应对来访者的压力问题。本书的另外三位作者均从事压力咨询工作。Jack Gordon是英国心理学会研究员，多年来一直从事理性情绪疗法的训练工作，著有，《克服舒适陷阱》等书。Stephen Palmer和Michael Neenan 分别是伦敦压力管理中心的主任和副主任，从事压力咨询与压力管理的训练工作，并有相关论著出版。

《压力咨询》

作者简介

作者：(英国)埃里斯 译者：孙菲菲

《压力咨询》

书籍目录

第一章 压力：一种理性情绪行为观点第二章 理性情绪行为治疗中的评估第三章 压力咨询的开始阶段第四章 压力咨询的中期阶段第五章 压力咨询的终结阶段：为结束压力咨询而工作第六章 理性情绪行为治疗压力咨询的其他技术第七章 理性情绪行为治疗的短程心理治疗和危机干预第八章 如何处理困难型来访者第九章 职业压力和小组作业后记 理性情绪行为治疗训练附录1 REBT自助单附录2 家庭作业任务单附录3 与非理性信念辩论的技术（DIBS）附录4 如何维持与增加你在理性情绪行为治疗中的收获附录5 ABCDE模型附录6 理性情绪行为治疗介绍附录7 压力地图附录8 大I/小i图附录9 非理性信念：收益-成本表附录10 理性信念：收益-成本表

《压力咨询》

精彩短评

- 1、尝试看看呗
- 2、简单了一点，不过，地铁上下班看看还可以
- 3、这个还行吧，讲的还算清楚，感觉应该可以更详细吧。。。。
- 4、适合专业人士看,不时普及型读物.
- 5、真的是正版，很不错的书
- 6、作者是理性情绪疗法的创始人，考过咨询师的都知道，书中有很多对话的例子，挺实用的
- 7、理性情绪疗法优秀教材，业内人士不可不读。对于初入心理咨询行业的人会很有启发意义。不过不知道为什么，书名页上把Ellis印成是英国人
- 8、学习心理学，需要认真琢磨。压力咨询，谈的有点深，需要耐心多读几遍的，第一遍，有点朦胧哎。
- 9、减压良书,用书的内容了解自己的压力来源,如何面对,如何处理,由于内容专业,必须认真阅读理解

《压力咨询》

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