

# 中年心理诊所



[中年心理诊所\\_下载链接1](#)

著者:马志国

出版者:花城出版社

出版时间:2005-5-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787536045255

谁的心灵最需要关照？老人？孩子？年轻人？我们的孩子？最需要心灵关照的，是我们，是我们中年人。人们习惯以年富力强来赞美中年人。不错，社会也好，家庭也罢，中年人的确都是顶梁柱。殊不知，正因此，人在中年的心灵才最需要关照。中年人面对着婚姻与家庭中的许多问题，肩负着生活与事业中的很多重担。不论主家庭来说，还是就社会而言，中年人都随着最大的心理压力。中年人，上要关照老人，下要关照孩子，唯独容易忘了关照自己，更容易忘了关照自己的心灵。

令人遗憾的是，社会也常常忘了对中年人心灵的关照。现在，读者朋友手上的这本书，便是一本帮助中年朋友关照自我心灵的书。

作者介绍:

马志国，心理学者，知名心理咨询师、心理散文作家，天津市心理学会、心理卫生协会、教育学会、科普作家协会会员，中国心理学会会员，中国性学会会员，中国管理科学研究院特约研究员，中国教育家协会理事，多家书报刊名誉主编、特约编委、特邀专家、顾问，中央及地方多家电视

目录: 关照心灵：中年生活的福音（代序）

一、处世心理：解脱“不惑”之惑

1. 中年男人的心理困扰
2. 中年女性的心理压力
3. 四十不惑,关键是明白自己
4. 中年大智:调低自我期望值
5. 面对生活,你怎能逃避
6. 职业女性的职场尴尬
7. 中年出国,要想好为什么
8. 中年单身女人的困惑
9. 走过“四十岁过渡期”
10. 中年心理怎样算健康
11. “山穷水尽”到“柳暗花明”

二、婚姻心理：围城中不再迷路

12. 女人，你该怎样当妻子
13. 你的婚姻满意度如何
14. 给自己的心找到家园
15. 中年婚姻东章变调之后
16. 为什么心里总是不平衡
17. 怀疑妻子不忠的背后
18. 男人寻花问柳为哪般
19. 离婚,也许打开了新的幸福之门
20. 正视再婚,甘蔗哪有两头甜
21. 中年择偶,幻想岂能当现实
22. 为什么两任丈夫一个样
23. 她为何非要弃我再投前夫

三、家教心理:面对半大不大的孩子

24. 怎样面对孩子的不听话
25. 怎样善待孩子的初变情
26. 孩子为何离家出走
27. 让孩子学会对自己负责
28. 女孩为何遭遇“心灵幼稚症”
29. 男孩为何出现“自信缺失症”
30. 让“母子战争”硝烟飘散

- 31.让“母子战争”化为和平
- 四、人际心理：善待交往中的你我
- 32.做人环境的主人
- 33.人际困忧，有果必有因
- 34.让友谊和功利“和平共处”
- .....
- 五、性事心理：“保鲜”中年之爱
- 六、迷情心理：别蒙上眼睛骗自己
- 七、病态心理：心障怎样跨越
- 八、自测心理：认识你自己
- 后记
- · · · · (收起)

[中年心理诊所\\_下载链接1](#)

## 标签

心灵成长

## 评论

-----  
[中年心理诊所\\_下载链接1](#)

## 书评

-----  
[中年心理诊所\\_下载链接1](#)