

自己做自己的心理保健师



[自己做自己的心理保健师 下载链接1](#)

著者:关美红编著

出版者:中原农民出版社

出版时间:2008-12

装帧:平装

isbn:9787807392118

《自己做自己的心理保健师》分为六部分，分别对各种心理疾病进行了有针对性的分析

，设置了“心理咨询室”、“心理大讲堂”、“心理保健屋”和“休闲氧吧”，其中“心理咨询室”主要列举一些我们生活中常见的心理疾病的现象以及事例；“心理大讲堂”则是针对所列举的心理疾病做一些科学的、客观的分析；“心理保健屋”则阐述了切实有效的多种化解心理疾病的方法，活泼而生动地让我们在阅读当中学到自我心理保健的知识；而“休闲氧吧”则是一些心理测试题以及相关的分析，让我们可以有效地了解我们现今的心理状态和心理健康程度。

作者介绍:

目录:

[自己做自己的心理保健师](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[自己做自己的心理保健师](#) [下载链接1](#)

书评

[自己做自己的心理保健师](#) [下载链接1](#)