

<<员工心理健康知识读本>>

图书基本信息

书名：<<员工心理健康知识读本>>

13位ISBN编号：9787500848042

10位ISBN编号：7500848048

出版时间：2010-11

出版时间：中国工人

作者：邹圻//张鹏//吴洁|主编:黄信景

页数：175

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：<http://www.tushu007.com>

## <<员工心理健康知识读本>>

### 内容概要

“一个健全的心态，比一百种智慧都更有力量！

”英国著名文豪狄更斯如是说。

每个人成功的机会都是均等的，但心态的好坏则直接支配并决定着最后的成与败。

学会用健康的心态和智慧改变你的一生，为你的生命增光添彩。

## <<员工心理健康知识读本>>

### 作者简介

黄信景，应用心理学博士。

国际九型人格导师会导师、国家一级注册心理咨询师，NLP执行师、国际注册培训师，北京师范大学应用心理学研修班特聘讲师，多家心理咨询师职业资格培训机构特邀专家培训师。

在企业人力资源管理和工会系统，为员工和管理者提供心理学应用培

## <<员工心理健康知识读本>>

### 书籍目录

前言第一章 青年员工与心理健康 一、青年员工的范围与特点 二、影响青年员工心理健康的因素及疏导重点 三、为什么要关注青年员工的心理健康 四、社会环境因素对青年员工心理健康的影响 五、职业环境因素对青年员工心理健康的影响 六、家庭环境因素对青年员工心理健康的影响第二章 焦虑情绪与焦虑症的自我辨别与自我健康引导 一、什么是焦虑症 二、焦虑情绪与焦虑症的区别 三、社会环境因素引起的焦虑情绪以及疏解方法 四、职业环境因素引起的焦虑情绪以及疏解方法 五、家庭环境因素引起的焦虑情绪以及疏解方法 六、焦虑症的正确预防与治疗第三章 抑郁情绪与抑郁症的自我辨别与自我健康引导 一、什么是抑郁症 二、抑郁情绪与抑郁症的区别 三、社会环境因素引起的抑郁情绪以及疏解方法 四、职业环境因素引起的抑郁情绪以及疏解方法 五、家庭环境因素引起的抑郁情绪以及疏解方法 六、抑郁症的正确预防与治疗第四章 强迫情绪与强迫症的自我辨别与自我健康引导 一、什么是强迫症 二、强迫情绪与强迫症的区别 三、社会环境因素引起的强迫情绪以及疏解方法 四、职业环境因素引起的强迫情绪以及疏解方法 五、家庭环境因素引起的强迫情绪以及疏解方法 六、强迫症的正确预防与治疗第五章 恐惧情绪与恐惧症的自我辨别与自我健康引导 一、什么是恐惧症 二、恐惧情绪与恐惧症的区别 三、社会环境因素引起的恐惧情绪以及疏解方法 四、职业环境因素引起的恐惧情绪以及疏解方法 五、家庭环境因素引起的恐惧情绪以及疏解方法 六、恐惧症的正确预防与治疗第六章 都市情绪症候群的自我辨别与自我健康引导 一、什么是都市情绪症候群 二、都市情绪症候群的行为表现 三、引起都市情绪症候的因素 四、都市情绪症的正确预防与健康引导方法第七章 在企事业单位中对员工心理健康引导的实施方法介绍 一、企事业单位在员工心理健康问题上的新挑战 二、企事业单位工会以及党群部有效开展员工心理健康建设工作的方法介绍附录一：各种心理自评量表以及使用方法附录二：社会专业提供心理援助的机构以及网站后记

<<员工心理健康知识读本>>

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:<http://www.tushu007.com>