

<<领导干部心理健康漫谈>>

图书基本信息

书名：<<领导干部心理健康漫谈>>

13位ISBN编号：9787209059435

10位ISBN编号：7209059431

出版时间：2012-1

出版时间：山东人民出版社

作者：耿爱英 主编

页数：186

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>

<<领导干部心理健康漫谈>>

内容概要

社会科学是关于人类社会及其发展规律的科学，是推动历史发展和社会进步的重要力量。掌握必备的社会科学知识，特别是马克思主义辩证唯物主义和历史唯物主义，对于人们正确认识纷繁复杂的社会现象，提高道德素养和精神境界是十分重要的。但社会科学的力量不仅取决于社会科学本身的价值，关键是取决于这些科学知识是否被传播，以及传播的速度与广度。

因为无论是自然科学知识还是社会科学知识，只有为群众所接受、所掌握、所运用，才能产生物质力量。

这就需要加强社会科学普及工作，根据时代和社会发展的需要，运用易为公众所理解、接受、参与的方式方法，通过一定的组织形式和传播渠道，推动科学知识、科学方法、科学思想的普及和传播，提高公众人文素养，帮助公众树立正确的世界观、人生观、价值观，促进人的全面发展。

这是各级社科联组织的一项重要任务。

加强社会科学知识的宣传和普及，需要有为干部群众所喜闻乐见的通俗读物。

好的社会科学通俗读物其社会价值不可低估。

当年艾思奇的《大众哲学》在社会上产生较大反响，毛泽东高度评价该书写得“相当深刻”。

在各种思想文化交流、交融、交锋日益频繁，社会思潮多元、多样、多变特征更加明显。

大众思想活动的独立性、选择性、多样性、差异性明显增强的新时期，要把抽象的基本原理、专业知识和科学方法等写成生动有趣、实用通俗的科普读物，在介绍和阐发科学知识中融入人文教育、人文关怀，为公众喜闻乐见并非易事。

这就需要各级社科联组织高度重视社会科学普及工作，坚持不懈地抓好社会科学普及读物的策划、创意、扶持工作，多动脑筋、多想办法，组织动员更多的社会科学工作者投身于社会科学普及读物的创作编写工作。

多出成果、出好成果。

<<领导干部心理健康漫谈>>

书籍目录

前言

引言

第一章 步入心理健康之域

第一节 心理阳光地带的风采

一、心理健康聚焦镜

二、心理健康望远镜

三、心理健康多面镜

第二节 领导干部心理健康状态的“非常”与“平常”

一、“超人”与“常人”

二、你既是演员，也是导演吗，

第二章 心理阳光皮的衡量

第一节 没有烦恼：心理健康吗？

一、心理健康亦有方圆

二、心理健康也有尺度

三、给心理健康打个分

第二节 为自己心理的健康把脉

一、给你一把标尺

二、清清楚楚一颗心

三、几多烦恼几多愁

第三节 自己也能做测评

第三章 多色的情绪天空

第一节 心理的“晴雨表”

一、喜怒哀乐皆情绪

二、灰色的情绪天空

.....

第四章 压力之域漫游

第五章 心灵交汇空间中的障碍

第六章 爱的港湾亦角礁

主要参考文献

结语

后记

<<领导干部心理健康漫谈>>

章节摘录

版权页：插图：（二）心理健康等同于心理卫生哟？

在生活中，我们经常听到“心理卫生”与“心理健康”两个名词，它们都译自英文的Mental Health，究竟两者有何异同之处？

强调的重点又不同在哪里？

心理卫生的定义也如心理健康定义一样尚无既定结论。

吴澄波（2006）对心理卫生的定义具有一定的代表性。

他认为心理卫生是指保持和促进人的心理健康、维持正常状态、防止心理失常和疾病，以保护个体生命，以便于良好适应环境，保持合理生活的措施和各种活动的总和。

由此可见，心理卫生主要从使人保持心理健康状态的措施和各种活动方面，倡导人预防各类精神疾病并普及心理保健知识。

结合本章前半部分对心理健康的阐述，可以对心理卫生与心理健康的关系做如下理解：“心理卫生是对维护心理健康进行倡导、研究和实施工作。

”具体而言，心理卫生和心理健康两者之间既有区别又有联系。

首先，心理卫生不同于心理健康，它主要指为了保持和维护人的心理健康所采取的预防和控制心理疾病、普及心理健康知识等多方面的活动。

其次，心理卫生强调的是手段、方法，而心理健康是指人所处的心理状态以及要达到的目标与境界。

然而，两者之间又是不可分的。

个体只有注意心理卫生，才能更好地保持心理健康。

<<领导干部心理健康漫谈>>

编辑推荐

《领导干部心理健康漫谈》是山东人民出版社出版的。

<<领导干部心理健康漫谈>>

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>