第一图书网, tushu007.com

<<心理卫生>>

图书基本信息

书名：<<心理卫生>>

13位ISBN编号：9787308056342

10位ISBN编号：7308056341

出版时间：2007-12

出版时间：浙江大学

作者：王伟

页数：263

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

第一图书网, tushu007.com

<<心理卫生>>

内容概要

本书有别于普通心理学、变态心理学和精神病学教科书，在基本心理现象（理论）和严重的心理精神疾病（常见心理障碍）上花费的文字不多，但却密切联系了生活中的诸多方面，如个人本身因素（记忆、思维、自我概念、情绪和人格特征等），个人与社会环境的互动（工作、休闲等），个人与人文环境的互动（爱情、婚姻、性、人际关系、美的标准等），以及个人内外驱动的综合调节能力（压力、危机干预）等。
全书各部分既相互独立又相互联系，从点面、纵横、上下各层次来阐述生活中的心理卫生知识。

第一图书网, tushu007.com

<<心理卫生>>

书籍目录

1 概论　第一节 心理卫生的含义　第二节 心理卫生的历史、现状与前景　第三节 心理卫生学的性质、任务与内容2 主要理论　第一节 精神分析理论　第二节 行为学习理论　第三节 人本主义理论　第四节 认知理论　第五节 心理生理学理论3 心理发展进程　第一节 婴儿期的心理发展特点　第二节 幼儿期的心理发展特点　第三节 小学儿童的心理发展　第四节 青少年期的心理特征　第五节 成年期的心理发展　第六节 老年期的心理健康4 记忆与思维　第一节 记忆概述　第二节 记忆障碍和提高记忆力的方法　第三节 思维概述　第四节 问题解决　第五节 思维形式障碍和思维训练5 自我概念　第一节 自我概念的定义及理论　第二节 自我概念的结构　第三节 自我概念的功能　第四节 自我概念的形成及发展过程　第五节 自我概念的影响层面6 情绪　第一节 情绪的性质　第二节 情绪的理论　第三节 情绪的表达　第四节 情绪的管理7 人格　第一节 人格概述　第二节 人格障碍　第三节 人格障碍的理论解释8 人际交往　第一节 人际交往的意义　第二节 人际交往理论　第三节 人际交往的影响因素　第四节 常见的人际交往心理问题及调适　第五节 促进人际交往9 个人与环境　第一节 环境的类别及其影响　第二节 个人空间　第三节 拥挤　第四节 城市生活10 工作与休闲　第一节 生涯规划　第二节 就业准备　第三节 职业生涯中的心理保健　第四节 休闲与心理适应11 爱情与婚姻　第一节 爱情　第二节 婚姻12 性心理卫生　第一节 儿童期性心理卫生　第二节 青少年期性心理卫生　第三节 中老年的性行为与心理卫生13 压力与应对　第一节 压力　第二节 应对14 进食心理　第一节 进食障碍的类型　第二节 进食障碍的原因　第三节 建立健康的进食行为15 危机干预　第一节 危机概述　第二节 危机干预及其实施　第三节 自杀　第四节 自杀预防16 常见心理障碍　第一节 心理障碍概述　第二节 发病原因与分类　第三节 心理治疗　第四节 心理障碍的三级预防参考文献

第一图书网, tushu007.com

<<心理卫生>>

章节摘录

1　概论在现代化进程中，社会的不断进步，科技的突飞猛进，经济的日益繁荣，文化的日新月异，知识的加速更新，使个体不论在与自然的关系方面，在与社会的关系方面，还是在与人的关系方面，都不断体验到不同程度的心理压力。
压力已经成为我们生活的一部分，正如压力概念的奠基人、加拿大生理学家塞里（Selye H）所说，“没有压力就没有生活”。
压力对许多人的身心健康产生了严重的影响，人类的心理健康面临严重挑战，各种心理疾病的发病率明显上升。
以国内大学生群体为例，有资料显示，大约10%-22%的大学生有不同程度的心理健康障碍或心理异常表现，其中一些人因悲观、失望、沮丧、烦恼、焦虑、紧张、抑郁、孤独、恐惧、敌对等各种负面心理情绪和行为紊乱而导致心理极度失调，甚至发生出走、自杀、凶杀等事件（Wang，etal，2002；马建青等，2003）。
心理卫生的兴起及蓬勃发展，正是顺应了现代化社会的需要，为解决心理障碍问题、维护和促进心理健康，从而造福人类社会做出了显著的贡献。

第一图书网, tushu007.com

<<心理卫生>>

编辑推荐

《心理卫生》由浙江大学出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

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