

<<心理卫生与心理咨询百科全书>>

图书基本信息

书名：<<心理卫生与心理咨询百科全书>>

13位ISBN编号：9787310016853

10位ISBN编号：7310016858

出版时间：2002-11

出版时间：南开大学出版社

作者：梁宝勇 编

页数：650

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>

前言

早在上个世纪中叶，世界卫生组织（WHO）在其宪章中便明确提出，健康是指身体上、心理上和社会功能上的一种完好状态，而不仅仅是没有疾病或身体不虚弱而已。按照这个定义，健康涉及人的三个方面的重要的功能活动，即生理或生物学功能活动、心理功能活动和社会功能活动。

只有当这三种功能都处于完好状态的时候，我们才能说一个人是健康的人。

后来有人又将心理功能细分为情绪、智能和精神（道德）等方面，更加强调心理或精神成分在健康中的重要地位。

值得指出的是，健康的诸多方面不是彼此孤立的，而是相互联系、相互作用和相互影响的。仅仅从生理（身体）、心理和社会这三个方面来看，生理方面的异常变化有时会损害人的心理和社会功能活动。

例如，患有躯体性疾病可以使人在情绪上变得焦虑和忧郁，造成认知功能下降，甚至不能正常的工作和学习。

社会功能的异常也会影响人的心理状态，并间接地损害人的身体健康。

例如，工作失败可以使一个人悲观绝望，长期地处于这种情绪状态则会进一步导致身体的不适症状。

心理功能的异常变化，则会同时对人的身体和社会功能产生负面的影响。

例如，焦虑和抑郁可以转换成为身体的症状表现出来（一个长期焦虑的人可能出现心慌、气短和多汗等躯体症状），或同其他致病因素一起导致新的疾病的发生；心理不健康的人也难以保持正常的社会功能，从而便会使他们的工作、学习和家庭生活等受到负面的影响。

在健康所涉及的三种基本功能活动中，心理功能活动状况在一个人的健康中起着至关重要的作用。心理健康不仅有益于身体的健康和减少精神疾病与心身疾病的发生，而且有益于工作、学习和家庭生活的幸福美满。

因此，同身体健康一样，心理健康也成为人人都要追求的一个人生目标。

最近半个多世纪以来，随着社会变革和生产力的迅速发展，人们的生活与工作条件已经发生了翻天覆地的变化。

工业化、都市化造成人口过于密集，交通与住房过于拥挤；工业生产的现代化大大地改变了人在劳动中所起的传统作用。

正如著名的诺贝尔奖获得者DuBois所言：“现代人已经……不太需要去对抗饥寒交迫的窘境和其他有伤身体的危险，但是他们必须对付排得满满的日程表、（繁忙的）交通、噪声、拥挤、竞争和其他人为的紧张情境。

”社会政治经济制度的重大变革，生产和生活方式的急剧变化，生活节奏的加快和竞争的加剧等，都会加重人们适应生活的压力和应对的困难。

在这些情况下，要始终保持健康的心理绝非易事！

研究表明，我们大多数人的一生中都难以完全免除心理障碍的困扰，精神疾病绝非少见。

据美国几年以前的一个全国采样调查资料，48%的25至49岁的成年人曾经或正在患有经医学诊断证实的精神疾病；这个数字不包括那些尚未满足医学诊断标准、但已有较明显心理痛苦或行为适应不良的情况。

内容概要

本书共分八篇三十六章，涵盖心理卫生和心理咨询的基本内容。

第一篇分为两章，重点了关于人的心理发展的主要理论观点，心理卫生的基本概念，各个年龄阶段个体心理发展的特点以及心理保健要点。

第二篇由5章组成，重点阐述了心理障碍产生的原因。

“心理障碍”是一个使用广泛但定义多样的术语，不仅心理卫生专业人员同非专业人有很不同的说法；就是在专业人员内部，也有不一致的看法。

因此，我们在第二篇中利用一章的篇幅讨论了这个问题。

从整体上可以说，心理障碍是多种多样的生物学因素、心理因素和社会文化因素之间的复杂的相互作用的结果。

因此，第二篇余下的4章分别讨论了这三种因素的重要作用以及各种因素相互作用和理论模式。

第三篇为心理障碍的评定，利用4章的篇幅分别介绍了会面诊断、物理检查、临床常用的评定量表和心理测验。

第四篇包括6章，涉及人生各个阶段的一些常见的心理健康问题。

这些问题大多尚不足以构成精神障碍或精神疾病的诊断，它们大多数属于发展或适应中的问题。

我们简要地介绍了这些问题的产生和持续不能得以解除的可能的原因，了它们各自的表现形式，并指出减少的摆脱它们的策略与方法。

第五篇分3章介绍了群体的心理健康问题，包括第四篇中没有专门讨论过的学生群体中的某些带有共性的心理健康问题，以及职业群体和残疾人的一些心理问题与心理保健原则。

第六篇分12章介绍了精神疾病的基本知识，包括常见精神疾病的病因与发病机理，临床表现与诊断，以及预防和诊断和基本原则与方法。

心理卫生工作者应当比较熟练地掌握和应用这些知识，非心理卫生专业人员也可以从本篇中查阅到许多有用的心理健康相关知识。

第七篇讨论心身障碍和心身疾病。

“心身障碍”和“心身疾病”又分别被称作“心理生理障碍”和“心理生理疾病”，是两大类同心理因素和心理健康密切相关的身体异常情况。

本书的最后一篇为心理咨询和心理治疗，分两章重点介绍了这两种相互重叠的心理健康的服務形式，特别是它们的技巧与方法。

作者简介

梁宝勇，临床心理学家，1963年9月—1968年8月在北京大学哲学系心理学专业读大学本科；1968年9月—1978年8月在吉林省辉南县人民医院医师；1978年9月—1981年10月浙江（杭州）大学心理系读研究生，师从陈立和朱祖祥，获硕士学位。

1981年10月—1996年3月在白求恩医科大学（现吉林大学）从事教学和研究（1987年任副教授，1992年晋升教授），曾担任心理学教研室主任和精神卫生教研室主任。

1996年4月—现在天津师范大学心理与行为研究院任教授，期间曾担任临床心理所所长，应用心理学学科带头人，教育部普通高等学校学生心理健康教育专家指导委员会秘书长等职务。

因其严谨的治学和和应用心理学领域的杰出贡献，在2009年7月被授予“医学心理学教育终身成就奖”

。

书籍目录

第一篇 心理发展与心理卫生第一章 心理发展1. 心理发展的概述2. 格赛尔的心理发展观3. 弗洛伊德的心理发展观4. 阿德勒的心理发展观5. 荣格的心理发展观6. 华生的心理发展观7. 斯金纳的心理发展观8. 班杜拉的心理发展观9. 米德的心理发展观10. 科尔伯格的心理发展观11. 人本主义学派的心理发展观12. 皮亚杰的心理发展观13. 婴儿期的心理特点14. 幼儿期的心理特点15. 学龄初期的心理特点16. 少年期的心理特点17. 青年期的心理特点18. 中年期的心理特点19. 老年期的心理特点第二章 心理卫生1. 心理健康的标准2. 心理卫生运动简史3. 医学模式的转变4. 心理卫生工作的任务5. 保持与增进心理健康的一般原则6. 优生与优育7. 婴儿期心理保健要点8. 幼儿期心理保健要点9. 学龄初期心理保健要点10. 少年期心理保健要点11. 青年期心理保健要点12. 中年期心理保健要点13. 老年期心理保健要点第二篇 心理障碍产生的原因第三章 心理障碍概述1. 心理障碍2. 常态心理与变态心理的判别3. 心理障碍的分类第四章 心理障碍产生的生物学因素1. 遗传因素2. 神经生化因素3. 素质因素4. 性别和年龄5. 器质性因素第五章 心理障碍产生的心理因素1. 心理障碍的心理动力学模式2. 心理障碍的行为理论3. 心理障碍的人本主义理论4. 心理冲突5. 挫折6. 应激7. 应激源8. 应激反应9. 应激的生理反应及其调节机制10. 应激的心理反应11. 应激的应对策略12. 心理应激与心身障碍13. 心理防御机制第六章 心理障碍产生的社会文化因素1. 心理障碍的社会模式2. 社会失范3. 生活事件4. 社会文化历史根源5. 社会支持系统受损6. 社会化模式落后第七章 各因素的交互作用1. 各种因素的交互作用2. 心理障碍的生物、心理、社会模式第三篇 心理障碍的评定第八章 会面诊断1. 会面检查须知2. 会面检查提纲3. 会面检查记录第九章 物理检查1. 神经系统检查2. 影像学检查3. 实验室检查4. 特殊检查第十章 评定量表1. 临床总体印象量表 (CGI) 2. 90项症状自评量表 (SCL-90) 3. 抑郁自评量表 (SDS) 4. 焦虑自评量表 (SAS) 5. 克莱顿皇家行为量表 (CRBRS) 6. 儿童适应行为评定量表7. t生活满意度量表 (LSR) 8. 总体幸福感量表 (GWB) 9. 生活事件量表 (LES) 10. 生活质量综合评定问卷 (GODLY-74) 第十一章 心理测验1. 心理测量的基本知识2. 信度和效度3. 心理测验的应用4. 智力测验概述5. 中国比内测验6. 韦克斯勒智力量表7. 中国联合型瑞文测验8. 中国3~6岁儿童发展量表9. 人格测量概述10. A型性格问卷11. 艾森克人格问卷 (EPQ) 12. 卡特尔16种人格因素问卷13. 明尼苏达多相人格调查表14. 罗夏墨迹测验15. 主题统觉测验16. 神经心理测量概述17. HR神经心理成套测验18. 临床记忆量表第四篇 人生各阶段常见心理健康问题第十二章 婴幼儿期心理健康问题与处理1. 智力异常2. 怯生3. 抽动-秽语综合征4. 情感交叉擦腿5. 不愿去幼儿园6. 过于任性7. 睡眠障碍8. 退缩行为9. “电视迷综合征” 10. “电子游戏迷综合征” 11. 吮吮手指和咬指甲12. 对性过分好奇13. 屏气发作14. 选择性缄默症15. 不爱交往第十三章 学龄初期、少年期心理健康问题与处理1. 不爱劳动2. 好打架3. 爱嫉妒4. 说谎5. 过分自私6. 意志薄弱7. 沉湎于幻想8. 粗心大意9. 缺乏自信10. 逆反心理11. 少年性罪错12. 心理幼稚症13. 偏食和厌食14. 吸烟15. 早恋16. 手淫第十四章 青年期面临的挑战与心理调适1. 不愿恋爱2. 面对不称心的求爱3. 求爱遭到拒绝4. 单相思5. 失恋6. 三角或多角恋7. 相貌丑陋8. 恋人暂时分别9. 大龄青年择偶困难10. 面对异性骚扰11. 遭受性污辱12. 妻子婚前失身13. 女性婚前失身14. 新婚性生活不和谐15. 妊娠及分娩16. 求职不顺利17. 工作初期不适应18. 职业不称心19. 工作中不受重用20. 工作中人际关系紧张21. 与父母关系紧张22. 父母不和23. 父母离异24. 家庭贫困25. 早年伤害性体验带来的不适应26. 自我同一性的紊乱第十五章 中年期的心理问题与调适1. 夫妻一方社会地位显著提高2. “女强人综合征” 3. 受丈夫虐待4. 夫妻危机式冲突5. 夫妻为琐事闹矛盾6. 夫妻一方性欲亢进7. 夫妻性心理保健8. 婚后长期不育 (孕) 9. 夫妻长期异地分居10. 独身11. 夫妻一方有外遇12. 婚外恋13. 离婚14. 再婚15. 丧偶16. 老夫少妻的性心理保健17. 婆媳不和18. 亲子不和19. 子女管教困难20. 子女升学失败21. 子女求职不顺利22. 家庭成员身患绝症23. 工作压力24. 角色冲突25. 家庭财产损失26. 降职27. 经营亏损或破产28. 负债29. 司法纠纷30. 心理疲劳31. 心理衰老第十六章 老年期面临的挑战与心理调适1. “五九” 综合征2. 离退休综合征3. “家庭空巢综合征” 4. 老年丧子5. 老年夫妻冲突6. 老年人性保健7. 老年人再婚8. 老年自杀9. 面对死亡第十七章 成年期其他心理健康问题与处理1. 自卑心理2. 嫉妒心理3. 孤独心理4. 虚荣心理5. 空虚与无聊心理6. 多疑心理7. 依赖心理8. 抑郁心理9. 嗜烟10. 酗酒11. 吸毒12. 赌博13. 自杀第五篇 群体心

理健康问题与处理第十八章 学生群体心理健康问题与处理1. 学习落后2. 考试焦虑3. 不爱写作业4. 学校恐怖症5. 学习疲劳6. 自学中的“高原现象”7. “中考”或“高考”落榜8. “大一”综合征9. 专业不理想10. 专业学习方面的不适应11. 与老师、同学关系紧张12. 退学与休学13. “考研”受挫
第十九章 职业群体心理保健1. 企业家心理保健2. 知识分子心理保健3. 医务工作者心理保健4. 教师心理保健5. 警察心理保健6. 文艺工作者心理保健7. 运动员心理保健8. 汽车驾驶员心理保健9. 海员心理保健10. 飞行员心理保健11. 失业或下岗者的心理调适第二十章 残疾人的心理问题与心理保健1. 视力残疾人的心理保健2. 听力残疾人的心理保健3. 智力残疾人的心理保健4. 肢体残疾人的心理保健5. 精神残疾人的心理保健第六篇 精神疾病的基本知识第七篇 心身障碍与心身疾病第八篇 心理咨询与心理治疗

章节摘录

(1) 心理发展的概念 人的心理健康与其心理发展水平有密切的关系。人的心理发展水平制约人的心理适应能力, 决定人对各种生活事件的应对方式。心理障碍的类别和程度与其心理发展水平有直接关系。

因此, 揭示人的心理发展规律和各年龄阶段的心理的特点对心理保健工作是十分必要的。

所谓发展就是有机体或是它的器官在体积和重量上的增长, 在构造上更加精密, 在机能上更加具有能力。

人从小到大总处在发展中: 身体不断长高, 体重不断增加, 各种器官和神经系统也都是由简单到复杂。

心理水平也在发展。

心理的发展指个体在遗传、环境和教育影响下由低级心理机能向高级心理机能转化的过程。

心理发展具有如下特点: 心理发展是连续的。心理发展是一个连续的过程, 既不会无缘无故地停顿, 也不会跳跃。发展的速度并不一致, 有时快些, 有时慢些。

发展有一定的方向和顺序。如儿童思维的发展就是从动作思维到形象思维再到抽象思维。

发展存在着个别差异。心理发展存在速度和水平的差异。如能力的发展, 有的人快些, 有的人慢些。

人的心理与人的身体结构、生理变化一样, 是从低级向高级、由简单向复杂不断地发展的。这个发展过程是由量变到质变的过程。

其中, 既包含着环境和教育的影响, 也体现了自然成熟的结果。

(2) 影响心理发展的因素 影响心理发展的因素主要包括遗传因素、环境和教育因素。

遗传因素 人的心理是在一定的生物遗传的基础上发展起来的。遗传因素是心理发展的内部条件和自然前提, 它为心理发展提供了可能性。遗传素质给心理发展设置了内部限制, 使人不可能任意向某个方向发展其心理品质; 同时又给心理发展带来了某种内部倾向性, 使每个人具有和遗传素质最相适应的心理品质的发展方向。它不仅是心理发展的物质基础, 而且也是心理发展的潜在因素。

遗传为心理发展提供了必不可少的先天素质。素质是人先天的解剖生理特点, 主要是感觉器官和神经系统方面的特点。大多数人的遗传条件是差不多的, 但各人的素质也存在一些差异。

遗传因素通过素质对人的智力发展造成影响。例如, 巴甫洛夫的高级神经类型学说指出人的高级神经类型可以分为偏抽象型、偏形象型和中间型。偏抽象型有利于发展数理能力, 偏形象型则有利于从事文艺创作。

这就要求教育者有的放矢地加以引导和培养。

遗传对智力发展的影响存在着年龄特征。总的趋势是, 遗传因素对智力的影响随着年龄增大而减弱。

随着年龄的增长, 尤其是到了中学的高年级, 遗传因素的作用不如环境和教育的影响那么明显和直接。

遗传因素还通过气质影响性格的发展。

气质是人高级神经系统类型在个性心理特征上的表现。气质主要表现在情绪情感经验与动作发生的速度、强度、灵活性和隐显性上, 它给性格的态度特征和相应的行为方式带上一定的色彩, 影响着性格。

气质本身是先天与后天的“合金”。

从这个意义上说, 气质类型是性格的机制或基础, 反映了遗传因素在性格发展中的作用。

然而, 气质本身不等于遗传素质, 气质在后天条件下得到改造, 受到人的整个个性心理特征与个体意

识倾向性的控制。

媒体关注与评论

精神障碍正成为当前我国疾病分类中较为严重的一类疾病。

按照国际上衡量健康状况的伤残调整年指标（DALY）评价各类疾病的总体负担，精神障碍在我国疾病总负担的排名中居首位，已超过了以脑血管、呼吸系统及恶性肿瘤等疾患……据预测，进入21世纪后我国各类精神卫生问题将更加突出。

在2020年的疾病总负担预测中，精神卫生问题仍将排名第一。

因此，加强精神疾患的防治，预防心理和行为问题的发生，已经成为当前我国一项重要和十分紧迫的任务。

——殷大奎（卫生部部长）：《中国心理卫生杂志》2000第14卷第1期 世界上前十种致残或使人失去劳动能力的主要疾病中有五种是精神疾病。

它们是抑郁症、精神分裂症、又相情感障碍、酗酒和强迫性神经症……正像其他国家一样，中国目前也面临着精神疾病所带来的越来越大的负担。

根据我们的估计，精神疾病在中国占有所有疾病负担的14.3%，到2020年，预计有六种精神疾病将进入前二十种主要疾病的行列中，占有所有疾病负担的17.4%。

——布伦特兰（世界卫生组织干事）：《中国心理卫生杂志》2000年第14卷第1期

编辑推荐

心理发展与心理卫生、心理障碍产生的原因、心理障碍的评定、人生各阶段常见心理健康问题等

。

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>