

<<心理健康教育与治疗>>

图书基本信息

书名：<<心理健康教育与治疗>>

13位ISBN编号：9787560184913

10位ISBN编号：756018491X

出版时间：2012-6

出版时间：吉林大学出版社

作者：王颖群，于新恒，王飞 著

页数：394

字数：400000

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>

<<心理健康教育与治疗>>

内容概要

在当今社会，随着市场经济和社会的发展，社会节奏不断加快，迫使人们格外注重身体健康，特别是日益关注如何增强心理健康、矫正和治疗心理疾病，王颖群、于新恒、王飞、韦灵玫编著的《心理健康教育与治疗》一书正是为适应心理健康与心理治疗这一新形势而写作的一本力作。

本书深刻地揭示了当前心理健康教育面临的挑战，以及治疗心理疾病存在的误区及成因。

本书重点论述了心理健康教育和心理疾病治疗的技巧、方法和艺术，为我国开展心理教育、咨询及矫治心理疾病探索了一些新途径和新模式。

本书是一本集心理健康教育理论与实务于一身的力作，可读性和实际操作性极强。

《心理健康教育与治疗》一书是党政部门、企事业单位的领导干部的必读教材，更是大学及专科院校心理学专业难得的辅助教材和参考书籍，是心理健康教育工作者难得的教材，也是所有爱好心理健康教育的有识之士的最佳读物。

<<心理健康教育与治疗>>

书籍目录

第一章 心理健康教育与治疗总论

第一节 心理健康概述

一、心理健康的内涵与特征

二、心理健康的标准

三、影响心理健康因素的分析

第二节 国内外心理健康教育和治疗的发展轨迹

一、国外心理健康教育和治疗的发展概况

二、国内心理健康教育和治疗的发展概况

第三节 心理健康教育的误区及应改进的模式

一、当前我国心理健康教育存在的误区

二、我国开展心理健康教育的模式

第四节 心理治疗对象的条件及任务

一、心理治疗对象需具备的条件

二、心理治疗的任务

第二章 公众的心理特征、情绪及情感与心理健康教育

第一节 公众的心理特征

一、个体公众心理特征

二、公众的心理应激

三、公众的挫折心理

四、公众群体的心理效应

五、公众群体的凝聚力

第二节 公众的情绪和情感

一、公众情绪的内涵和特征

二、情绪的功能

三、情感的类型及情感与情绪的关系

四、公众情绪问题及健康情绪的标志

第三节 启迪内因的心理健康教育途径

一、树立理性的情绪认知观念

二、勇敢而正确地面对挫折

三、强化公关意识，自我调适不良心理

第四节 以外因促内因发展的心理健康教育对策

一、运用劝导方法稳定公众的情绪

二、运用感染方法激发公众减轻压力、稳定情绪

三、营造健康向上的组织心理氛围，努力消除消极心理

第三章 公众的心理定势及公众舆论

第一节 公众心理的特征与倾向

一、公众心理特征

二、公众心理倾向

第二节 公众心理定势

一、公众心理定势的内涵和特点

二、公众心理定势的表现形态

第三节 流行心理定势

一、时尚表现的心理定势

二、流言表现的心理定势

三、骚乱表现的心理定势

<<心理健康教育与治疗>>

第四节 公众舆论及其控制方法

- 一、公众舆论的特点、类型及其形成原因
- 二、民意测验及公众舆论的控制
- 三、公众舆论在心理健康教育中的作用

第五节 满足公众心理需求的公关艺术

- 一、面向实际，尽可能满足公众的心理需求
- 二、面向未来，引导公众心理认同
- 三、统筹兼顾，强化公众心理相容

第四章 运用公关技艺促进心理沟通与交往

第一节 人际心理沟通、交往的内涵与模式

- 一、人际心理沟通、交往的内涵及其要素
- 二、人际心理沟通、交往的模式
- 三、公关人际沟通的网络

第二节 公关人际沟通的策略与技巧

- 一、公关人际沟通的策略
- 二、公关人际沟通的技巧
- 三、运用公关策略和技巧应对组织内部的冲突
- 四、组织内部冲突产生的原因
- 五、处理组织内部冲突的策略与方法

第三节 公关与人际交往

- 一、公关人际交往的类型
- 二、公关人际交往的原则
- 三、克服人际交往的不良心理因素
- 四、公关人际交往的策略
- 五、公关人际交往的技巧

第五章 人格理论及健康人格的塑造

第一节 健康人格的特征与定位

- 一、人格的内涵
- 二、人格的心理结构
- 三、人格及健康人格的特征

第二节 人格的社会差异

- 一、人格的认知差异
- 二、人格的生理差异
- 三、人格的社会差异

第三节 人格理论概述

- 一、弗洛伊德精神分析中关于人格结构的观点
- 二、荣格和阿德勒的人格理论观点
- 三、卡特尔的人格因素理论观点及其应用
- 四、马斯洛和罗杰斯的人本主义观
- 五、卡利人格认知理论的基本假设和推论

第四节 健康人格的塑造及不良人格的调整

- 一、塑造健康人格的目标与内容
- 二、健康人格的标准
- 三、影响人格发展的因素
- 四、塑造、培养健康人格的途径

第六章 心理健康与心理调节和治疗

第一节 心理咨询与治疗的类型与原则

<<心理健康教育与治疗>>

- 一、心理咨询与治疗的内涵
- 二、心理咨询与治疗的基本类型
- 三、心理咨询与治疗的基本原则
- 第二节 心理咨询与治疗的过程及咨访关系
 - 一、心理咨询与治疗的基本过程
 - 二、咨访关系
- 第三节 心理障碍及其治疗
 - 一、心理障碍的含义与特征
 - 二、心理障碍的类型
 - 三、心理障碍产生的原因
 - 四、对心理障碍的自我矫正方法
- 第四节 心理咨询与治疗的基本技术
 - 一、会谈的技术
 - 二、参与性技术
 - 三、影响新技术
- 第七章 精神分析治疗方法
 - 第一节 精神分析的基本理论
 - 一、关于心理结构的无意识论
 - 二、关于人格结构论
 - 三、自我防御机制
 - 四、精神分析治疗的基本原理
 - 第二节 精神分析疗法的基本技术
 - 一、自由联想
 - 二、移情分析
 - 三、梦的分析
 - 四、阻抗
 - 五、直接分析疗法
 - 六、催眠疗法
 - 七、暗示疗法
 - 八、现实疗法
- 第八章 认知治疗方法
 - 第一节 理性情绪疗法
 - 一、艾利斯合理情绪疗法
 - 二、艾利斯合理情绪疗法的基本技术
 - 第二节 贝克认知疗法
 - 一、贝克认知疗法的基本理论
 - 二、贝克认知疗法的实施程序及技术
 - 第三节 麦新懋认知行为矫正疗法
 - 一、麦新懋认知行为矫正疗法的理论基础
 - 二、麦新懋认知行为矫正疗法的实施
- 第九章 行为治疗方法
 - 第一节 行为治疗方法的概况及基本理论
 - 一、行为疗法发展的概况
 - 二、行为疗法的基本理论
 - 第二节 行为疗法的基本技术和方法
 - 一、系统脱敏疗法
 - 二、满灌疗法

<<心理健康教育与治疗>>

- 三、厌恶疗法
- 四、模仿学习疗法
- 五、强化疗法
- 六、放松疗法
- 七、生物反馈疗法
- 八、格式塔疗法
- 九、刺激控制疗法
- 第十章 几种常用的心理治疗方法
- 第一节 以人为中心治疗方法
- 一、求助者中心疗法
- 二、Q—分类法
- 三、交朋友小组治疗法
- 四、真实疗法
- 第二节 森田疗法
- 一、森田疗法的理论特点与主要适应症
- 二、森田疗法的基本技术
- 三、森田疗法的治疗方法
- 第三节 团体咨询和治疗方法
- 一、团体咨询与治疗方法的简要情况及理论基础
- 二、团体咨询与治疗的目标和技术
- 第四节 交互分析疗法
- 一、交互疗法治疗的目标与功能
- 二、交互疗法治疗的基本技术
- 第五节 艺术疗法
- 一、音乐疗法
- 二、美术疗法
- 三、舞蹈疗法
- 四、文学疗法
- 附录 常用心理测量表
- 一、心理健康测试
- 二、人格测试
- 三、学业、事业成功动力表
- 四、智力与创造力测试
- 参考文献

<<心理健康教育与治疗>>

章节摘录

版权页：插图：二、情绪的功能（一）情绪的适应是人的心理工具 情绪是动物繁殖到一定阶段的产物。

人类集成和发展了动物情绪这一高级适应手段。

人类个体发育几乎重复了动物种系发生的过程。

人类的婴儿在出生时，由于脑的发育尚未成熟，还不具有单独行动和觅食等维持生存的基本能力，他们靠情绪信息的基本传递，得到成人的哺育。

适应正是通过婴儿的情绪反应体察他们的需要，并及时调动他们的生活条件的。

因此，情绪的适应功能从根本上说是服务于改善和完善人的生存和生活条件的。

无论是儿童或成人，通过快乐表示情况良好；通过痛苦表示继续改善不良的处境；通过悲伤和忧郁表示无奈和无助。

通过愤怒表示将进行反抗的主动倾向。

同时，由于现代人生活在高度人文化的环境中，情绪的适应功能的形式有了很大的变化。

例如，人用微笑向对方表示友好，通过移情和同情来维护人际联结，掩盖粗鲁的愤怒行为等，情绪起着促进社会亲和力的作用。

但是人们也看到，在个人之间和社会上挑起事端引起的情绪对立，有着极大的破坏作用。

总之，各种情绪的发生，时刻都在提醒着个人和社会，去了解自身或他人的处境和状态，以求得良好适应。

社会有责任去洞察人们的情绪状态，从总体上做出规划去适应人类本身和社会的发展。

（二）情绪是激发心理活动和行为的动机 情绪构成一个基本的动机系统。

它能够驱策有机体发生反应、从事活动，在最广泛的领域里为人类的各种活动提供动机。

一般来说，生理内驱力是激活有机体行为的动力。

但是情绪的作用则在于能够放大内驱力的信号，从而更强有力地激发行动。

例如，人在缺水或缺氧的情况下，血液成分发生变化，产生补充水分或氧气的生理需要，但是这种生理驱力本身并没有足够的力量去驱策行动。

而这时产生的恐慌感和急迫感起着放大和增强内驱力信号的作用，并与之合并而成为驱策人行动的强大动机。

情绪的动机功能还体现在对认识活动的驱策上，这一点通过兴趣情绪明显地表现出来。

严格说来，认识的对象并不具有对活动的驱策性；促使人去认识事物的是兴趣和好奇心。

兴趣作为认识活动的动机，导致注意的选择与集中，支配感知的方向和思维加工，从而支持着对新异事物的探索。

基本上，任何一种情绪都是促使我们采取某种行动的动力。

“情绪”一词源自拉丁动词“行动”，意指采取趋吉避凶的行动。

观察动物或孩童的举止，最易看出情绪与行动的关系，事实上，也唯有在文明化的成人身上，才看得到情绪与行动分离的特例。

也就是说，任何情绪都可能促使我们采取行动。

<<心理健康教育与治疗>>

编辑推荐

在当今社会，随着市场经济和社会的发展。社会节奏不断加快，迫使人们格外注重身体健康，特别是日益关注如何增强心理健康、矫正和治疗心理疾病，《心理健康教育与治疗》正是为适应心理健康与心理治疗这一新形势而写作的一本力作。

<<心理健康教育与治疗>>

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>