

<<灾后心理危机研究>>

图书基本信息

书名：<<灾后心理危机研究>>

13位ISBN编号：9787811244755

10位ISBN编号：7811244756

出版时间：2008-9

出版时间：北京航空航天大学出版社

作者：沃建中 主编

页数：189

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>

## <<灾后心理危机研究>>

### 前言

2008年5月12日，是我们永远忘不掉的日子；14:28，是我们永远忘不掉的时刻。一场全民族的灾难，打乱了我们平静的生活，倾刻间，我们的心情到达了悲伤的谷底。在灾后第二天，我就到达了灾区。我在较早的时刻目睹了这样一场突如其来的地震带给灾区人民的灾害。数万同胞失去生命，美丽的家园变成废墟，惨烈的场景让人不忍再次回眸，不愿再次回想。离开灾区很长一段时间，我的眼前出现的都是灾区群众痛苦、悲伤、恐惧、无助、麻木、抑郁的眼神。

我们完全可以想象得到，灾区人民承受着怎样的悲伤与痛苦。地震不仅仅给灾区群众带来了物质上的巨大损失，也给他们带来了不可估量的心理上的伤害。中国红十字会在第一时间做出了快速的反应，向灾区群众送去了大量的帐篷、棉被和救灾物资，集中全国红十字的力量，组织了六支医疗救援队火速前往抗震救灾的前线。特别是还专门向灾区派出了两支心理救援队。这是具有百年历史的中国红十字会的第一次心理救援。

## <<灾后心理危机研究>>

### 内容概要

5·12四川大地震发生后一周，中国红十字会心理救援队在地震发生现场对受灾者进行了大量的问卷调查、个案分析和走访。

本书是据此所做的灾后心理危机干预调查报告，主编沃建中为心理救援队的专家组组长。

调查报告主要探讨了5·12地震灾后心理危机的总体特点，其中包括认知能力、自我效能和人格特点等心理特征的变化；灾后心理危机的群体差异比较，包括青少年、成人和支援者三类群体的差异比较；灾后不同受损程度群众的心理危机状态比较；灾后受灾者的人格，注意力、兴趣、自我效能对其不良情绪的影响；青少年灾后心理危机的年龄特点等。

通过这些研究，我们能够更深入地了解地震等重大自然灾害带来的心理危机的特点和表现，以及不同心理特征对不良情绪的影响。

这为进一步对灾后心理危机进行准确评估并制订合理的干预计划提供了理论基础和前提；同时，也为国家建立具有中国特色的灾后心理危机干预机制提供了数据和依据。

此书是5·12灾后第一时间赴灾区进行心理危机干预调查的研究结果。

其中，以大量数据结果呈现的直观比较和差异研究，具有很高的心理危机干预研究价值。

中国红十字会的直接领导和专家队伍的强大背景，在灾后第一时间的有效取样和比较研究，使本书获得相当的权威性。

对于相关国家政策制定和机制建立有很强的现实意义。

## <<灾后心理危机研究>>

### 作者简介

沃建中，心理学博士，环度智慧智能技术研究所首席专家，国际行为发展研究会会员，中国心理学会学校心理学专业委员会副主任，全国中小学心理健康教育专业委员会理事长。

十几年来，已成为国内影响人数最多、授课频率最高的教育专家之一，并应邀到美国，加拿大、瑞士、澳大利亚、日本等国大、中、小学做研究与讲学。

主要研究方向是认知与脑功能发展、个体潜能开发，职业生涯规划与心理健康教育。

目前主持国家与省部级重大科研项目20余项，专著或主编的丛书及教材达73部，发表论文100多篇。

1999年，荣获全国首届百名优秀博士学位论文奖(心理学科唯一)；著作《智力研究的实验方法》获得北京市哲学人文社会科学优秀成果著作二等奖。

2003年，主持“儿童脑波超慢功率涨落分布及发展特点”研究项目，获教育部“自然科学科技进步”二等奖(心理学科唯一)。

所主持的国家教育部“九五”和“十五”重点课题研究成果引起社会强烈反响。

中央电视台、中国教育电视台、北京电视台、人民日报、光明日报、中国教育报、人民教育、中国青年报等新闻媒体对其进行了广泛报道。

其成果已经在全国23个省、市、自治区进行推广运用，受益人数达500多万。

曾应邀到上海、重庆、深圳等25个地区举办讲座千余场，并亲自深入学校、企业培训指导，获得一致赞誉。

## <<灾后心理危机研究>>

### 书籍目录

第一章 心理危机干预概述 一、心理危机干预的含义 二、心理危机干预的模式、技术及实施的步骤 三、心理危机干预的必要性及干预案例 四、此前研究的缺陷和问题的提出第二章 地震灾后群众心理危机总体特点 第一节 5·12地震心理危机干预研究的调查方法 一、调查对象 二、研究方法 三、研究工具 四、调查步骤 五、数据收集与整理 第二节 受灾群众的不良情绪状态 一、抑郁情绪的分析 二、孤独情绪的分析 三、恐惧情绪的分析 四、烦躁情绪的分析 五、愤怒情绪的分析 六、焦虑情绪的分析 第三节 受灾群众的生理不适应反应 一、身体不适应分析 二、睡眠质量 三、饮食状况 第四节 灾区群众认知能力与自我效能的变化 一、注意力 二、兴趣 三、自我效能 第五节 受灾群众应对方式 一、强迫行为 二、回避行为 三、漠然行为 四、闷杀的特点 五、自罪感 六、逃避行为 七、幻想行为 八、自责行为 九、求助行为 十、合理化行为 .....第三章 5·12灾后不同程度受创群体的心理状态比较第四章 青少年灾后心理危机的年龄特点第五章 5·12地震灾后心理危机的群体差异比较第六章 不良情绪影响因素的多元回归分析第七章 心理危机干预的对策与建议结论参考文献附录后记

## <<灾后心理危机研究>>

### 章节摘录

关于心理危机的含义，目前有很多种理解，Bard和Elison认为心理危机是一种对应激事件的主观反应。这种应激事件由于能够使心理稳定发生变化，所以导致个体一时无法适应和解决问题。

Aguilera, Messick和Farrell认为心理危机是一种转折点，是个体由于无法有效地解决问题而产生的焦虑、无助感和情感上的困扰。

Dixon认为心理危机是极其危险的事件，导致个体精神状态上的功能性削弱，而使其不能按照常规方法解决问题。

Albert Robcrtts认为心理危机是由于经历重大危险事件或情景而导致的一种心理失衡。

而Gililan和James认为心理危机是一种认识，当事人认为个人的能力和应付机制无法解决困难，导致危机不能及时得到缓解而产生的情感、认知和行为方面的功能失调。

Miskovic等人认为心理危机是个体因为在物质和社会文化等方面发生重大改变而导致的心理长时间失衡的一种状态。

总而言之，心理危机具有以下特点：重大的心理应激；产生急性情绪扰乱（紧张、焦虑和抑郁），认知改变（集中困难、记忆减退），躯体不适（失眠、头晕、头痛、腰部不适及不思进食）和行为改变（这些症状均不符合任何精神疾病的诊断标准）；当事人无法用寻常方法并应用已有的能力和资源来解决当前出现的特殊问题。

## <<灾后心理危机研究>>

### 后记

心理健康对人的重要性是不言而喻的，越来越多的人对此有所共识。

国际卫生组织曾宣布，心理健康将是21世纪威胁人类健康的头号杀手。

从事心理研究工作这么多年，我深深感到心理健康的重要性，心理不健康不幸福，生命的价值和意义便无从体现。

关注心理健康，关注人类的幸福，是每一个心理学工作者，甚至是每一个人的义务和神圣使命。

导致人们心理不健康的因素主要有两方面，遗传和后天生活环境，当然更重要的是后者。

要注意的是，在后天因素里，突发事件特别是灾难性质的突发事件对人的心理会造成瞬间性的破坏性影响，有时甚至是毁灭性的。

## <<灾后心理危机研究>>

### 编辑推荐

《灾后心理危机研究:5.12汶川地震心理危机干预的调查报告》由北京航空航天大学出版社出版。



<<灾后心理危机研究>>

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>