第一图书网, tushu007.com

<<知情达意 医学生情绪管理>>

图书基本信息

书名：<<知情达意 医学生情绪管理>>

13位ISBN编号：9787811360493

10位ISBN编号：7811360497

出版时间：2008-9

出版时间：中国协和医科大学出版社

作者：李芳 编

页数：216

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

前言

为表述医学与人文的书作序，更准确地说，为与医学教育相关的人文素质培养的书作序，不是一件容易的事。
但当我看到这样一群为医学人才培养而耕耘于人文田园的园丁，无怨无悔地劳作，默默地奉献出他们的成果，我被深深地感动了，感动之余也想说点什么，权当这一套丛书的序吧。
这里说到的医学不仅仅是在病房、在门诊、在实验室、在课堂中感悟到的有形的医学事物，更应该是在人类社会中敬畏生命和珍重健康的医学理念之集合。
这里说到的人文也不仅仅是学科分类中所表述的人文概念，还应该是与医学教育和医学实践相关的人类社会文化和传统的集成。
医学从来就不是一门单一的自然科学，而是自然科学与社会科学的有机统一。
医学以科学的知识与技术探索生命的奥秘，维护健康之完美，挽救生命于危难；医学也以人文的理念与精神培育人类的良知，滋养人群的和谐，推动社会的进步。
所以说，没有人文的医学不是真正的医学，没有医学的人文也不是完整的人文。
医学的本质是人与人的关怀。
人与人的关怀既包括了深刻的生命与健康的科学属性，也包含了极其丰富的社会人文属性，而医学的终极价值正是敬畏生命珍重健康的人文价值理念。

第一图书网, tushu007.com

<<知情达意 医学生情绪管理>>

内容概要

《知情达意——医学生情绪管理》针对大学期间医学生面对的种种心理和怀疑困惑，以“吹皱一池春水”的“和风”式的语言，娓娓道来破解情绪难题的“锦囊妙计”，是医学生心理成长过程中不可或缺的枕边书、手中卷。

本书力求从医学生实际需求出发，从医学人文素质培养入手，贴近学生学习生活实际，达到注重教育实效，增强可读性和实用性的目的，丛书在写作中采取轻说教，重案例，轻灌输，重启发的原则，用大量丰富翔实的案例和生动优美的语文向医学生展示了人文素质培养的必由之路。

第一图书网, tushu007.com

<<知情达意 医学生情绪管理>>

书籍目录

第一章　万水千山总是情——情绪的“护身符”　第一节　青鸟殷勤为探看——情绪概说　第二节　泪眼问花花不语——基本情绪现象举隅　第三节　隔墙送过秋千影——社会情绪现象　第四节　美人深坐蹙蛾眉——表情的魅力第二章　庭院学深深深几许——情绪的“心理”事　第一节　未成曲调先有情——情绪发生规律　第二节　中酒心情怯杯勺——基本情绪的生理基础　第三节　犹抱琵琶半遮面——社会情绪的机制　第四节　心有灵犀一点通——认知与情绪的关系第三章　阳光总在风雨后——情绪的“私生活”　第一节　道是无晴却有晴——科技进步中的情绪　第二节　红杏枝头春意闹——环境影响下的情绪　第三节　劝君莫作独醒人——商业社会中的情绪　第四节　衣带渐宽终不悔——情绪与健康的关系第四章　大学，想说爱你不容易——适应中的情绪矛盾　第一节　远客思乡皆泪垂——医学生的“思乡病”　第二节　冥冥孤高多烈风——医学生的“优势恐慌”　第三节　途穷反遭俗眼白——医学生的“自卑情结”　第四节　千岩万转路不定——医学生的“职业彷徨”第五章　书途漫漫情作遂——成才中的情绪谜题　第一节　东风无力百花残——动力丧失的危机　第二节　怒发冲冠凭阑处——愤懑发泄的异途　第三节　凤城寒尽怕春宵——考试焦虑的折磨　第四节　欲渡黄河冰塞川——恐惧情绪的阻碍　第五节　画檐珠网惹飞絮——网络世界的诱捕第六章　酸甜青涩爱情果——恋爱中的情感冲突　第一节　庄生晓梦迷蝴蝶——性成熟中的困惑　第二节　春心莫与花争发——婚前性行为的阴影　第三节　劝君莫惜花前醉——保持健康的性心理　第四节　抽刀断水水更流——失恋痛苦的沼泽第七章　我的情绪我做主——自我情绪的独门修炼　第一节　风物长宜放眼量——掌握良好的情绪标准　第二节　乱云飞渡仍从容——调节自己的情绪压力　第三节　人间正道是沧桑——追求健康的生活方式　第四节　青山着意化为桥——找到适已的情绪策略第八章　陶然共醉菊花杯——人际情绪的太极推手第九章　沧海横流安足虑——不良情绪的因势利导

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

2. 孤芳自赏许多大学生朋友喜欢把孤独的原因归结于生活条件太单调，而实际上，人的孤独程度与生活水平高低没有直接的联系。
Google公司2006年关键词搜索次数统计发现，输入“ lonely ”次数最多的用户集中于爱尔兰首都都柏林。
有趣的是，爱尔兰曾经是欧盟中最贫穷的国家之一，却在不到一代人的时间里，创造了欧洲的经济奇迹，一跃成为仅次于卢森堡的第二富国，近年被认为是世界上最适合居住的国家之一，然而深藏在爱尔兰人心中的孤独感却与这个国家的富庶极不协调。
号称“ 自由天堂 ”的美国也经历着类似的情绪，一项关于美国人社会联络的调查显示：1985年，平均每个美国人有至少三个人吐露心声，但到2004年，这个数字下降到两个人。
更严重的是，有25%的美国人认为根本没有可以信赖的密友，超过50%的人把他们的性伴侣视为唯一的倾诉对象。
这意味着美国人的社会关系脆弱，如果他们的伴侣去世或婚姻破裂，他们将会经受致命打击。
有研究表明，有很多大学生也有强烈的孤独感，骆光林等人曾于1999年对991名大学生进行过调查，结果14．7%的人经常感到孤独，69．2%的人偶尔感到孤独，只有15．3%没有感到孤独。
大学生面对的孤独主要有社会孤独感、人际孤独感、自我孤独感和发展孤独感。
孤独感是一种封闭心理的反映，是感到自身和外界隔绝或受到外界排斥所产生出来的孤伶苦闷的情感。
孤独感会在你耽于梦想，而又不可能实现时出现，也会在你和亲人分离或忍受亲人死亡的痛苦时浮现；有时，你孤独是因为内心有难言之耻，有时却因不被人接纳，被他人无情嘲弄；有的大学生因不能适应新的环境而顾影自怜，有的则因无聊空虚而心生寂寞；有的因无法超越他人而觉得前程如谜。
孤独的原因林林总总，却总当自我感到脆弱无助时，孤独感就会悄然而至。

第一图书网, tushu007.com

后记

情绪与我们日日相伴，我们每天可能有不同的情绪和心情，或阳光明媚，或阴霾密布，或喜悦兴奋，或孤独沉闷……不同的情绪构成了我们多彩的世界和丰富的人生。
管理好自己的情绪是走向成功的金钥匙。
研究表明，决定一个人后天成就大小的关键因素不是智商而是情商。
智商决定人生的20%，而情商则主宰人生的80%。
还有人作过统计，当一个人情绪异常时所做的决定80%是错误的。
每个大学生都渴望成功，我们应该了解我们的情绪，很好地管理我们的情绪，少一些错误的重大决定和失当行为，多一份理智和得体，少一些胡言乱语和追悔莫及，多一份成熟和聪慧，让成功离我们越来越近。
为了献给读者这本书，作者们经过了深入的思考和辛勤的劳作。
全书大纲由首都医科大学策划、拟定，第一章、第二章、第三章由北京中医药大学刘钊老师编撰；第四章由首都医科大学赵晓民老师编撰，第五章由首都医科大学赵丽莉老师编撰，第六章由首都医科大学郭学谦老师编撰，第七章由首都医科大学李洋老师编撰，第八章由首都医科大学孙绍来、王培培老师编撰，第九章由首都医科大学郭学谦老师编撰。
全书由首都医科大学李芳、金玲玲统稿。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《知情达意医学生情绪管理》：医学人文素养涵育丛书。
医学从来就不是一门单一的自然科学，而是自然科学与社会科学的有机统一。
医学以其生物科学与技术探索生命的奥秘，维护健康之完美，挽救生命于危难；医学也以其人文理念与精神培育人类的善良，滋养人群的和谐，推动社会的进步。
所以说，没有人文的医学不是真正的医学，没有医学的人文也不是完整的人文。
首都医科大学校长 吕兆丰

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