

<<心理与健康>>

图书基本信息

书名：<<心理与健康>>

13位ISBN编号：9787030253279

10位ISBN编号：7030253272

出版时间：2009-8

出版时间：科学出版社

作者：王振龙，刘志选 主编

页数：323

字数：407000

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

进入21世纪以来,我国大力实施科教兴国战略和人才强国战略,正在向人力资源强国迈进。高等教育的发展必须与建设人力资源强国的历史进程相结合,与现代社会对各类高层次专业人才培养的需要相适应,努力造就具有创新意识和创新实践能力新型专业人才。

基于这一基本认识,我们组织编写“高等专业人才现代教育系列教材”。

“系列教材”的编写着力体现现代特色。

现代社会发展需要什么样的人才,人才培养需要什么样的知识和能力,是必须考虑的首要问题;教育以育人为本,学校以教学为中心,教学以学生为主体,是必须贯彻的教育理念;当代科学技术的飞速发展,现代信息技术和教育技术手段的广泛应用,是必须关注的创新点。

“系列教材”的编写力求体现专业特色。

强化专业基础,以专业教育为根本,是我们的立足点;注重专业能力,以能力提升为导向,是我们的着眼点;着力专业创新,以创新精神为指归,是我们的总要求。

“系列教材”的编写贯彻理论联系实际的原则。

既注重学科体系的完备,又突出学科知识重点;既吸纳前人的研究成果,又关注当前学术动态;既具有一定的理论深度,又紧密联系社会实践。

“系列教材”的编写倡导精益求精的精神。

在内容上,精选素材,既要讲知识,又要讲思想和方法;在语言上,字斟句酌,既要严谨周密,又要简洁明快;在形式上,精心设计,既要美观大方,又要经济实用。

“系列教材”按照课程建设的一体化设计思路进行开发,注重运用现代教育技术手段,每种教材均以文字主教材为基础,配套开发网上文本、IP课程、多媒体课件、网络课程等优质课程资源,以方便教学和自主学习使用。

## &lt;&lt;心理与健康&gt;&gt;

## 内容概要

本书坚持“以学为本”的理念，根据高等专业人才现代教育的需要，从素质教育的理念出发，对现代人才成长过程中遇到的心理与健康问题进行概括性的梳理与整合，主要包括心理与健康概述、心理学流派、学习心理、情感心理、人际交往、人格心理、自我意识、挫折心理、网络心理、求职与择业心理、心理病理学、心理咨询与治疗、心理测量等方面的内容。

在教材设计方面，根据课程发展的实际情况以及学生原有知识水平的差异性，强化了设计中的一体化思想，立足文字主教材，从辅助教材、IP课程、直播课堂、多媒体课件等辅助性角度进行深刻的研究与探讨。

从总体上说，本教材从心理与健康两个角度，对整个结构进行了构建，既注重基础性，又关注应用性，使人才在成长过程中遇到的心理与健康问题从理论与实践两个层次找到相应的解决策略。

本教材主要供高等教育各专业学生的通识课程教学使用，也可供相关领域在职人员的证书培训与继续教育以及对心理与健康感兴趣的人员阅读、参考。

## &lt;&lt;心理与健康&gt;&gt;

## 书籍目录

总序前言第一章 心理与健康概述 第一节 科学的心理观 第二节 科学的健康观 第三节 心理健康概述 本章小结 思考与练习第二章 心理学主要理论流派及其发展 第一节 精神分析学派 第二节 行为主义学派 第三节 人本主义学派 第四节 认知心理学学派 本章小结 思考与练习第三章 学习理论 第一节 学习与学习理论 第二节 影响学习的心理因素及关系研究 第三节 学习迁移及策略 本章小结 思考与练习第四章 情绪与情感 第一节 情绪与需要 第二节 情绪与情感 第三节 情绪的机体变化与外部表现 第四节 情绪理论 第五节 情绪调节 本章小结 思考与练习第五章 人际交往心理 第一节 人际交往概述 第二节 人际交往的心理分析 第三节 人际交往训练 本章小结 思考与练习第六章 人格心理 第一节 人格概述 第二节 人格障碍及其干预 .....第七章 自我意识第八章 挫折心理第九章 网络心理第十章 求职与择业心理第十一章 心理病理学第十二章 心理的咨询与治疗第十三章 心理测量主要参考文献

## 章节摘录

插图：第二章 心理学主要理论流派及其发展第一节 精神分析学派一、历史背景精神分析理论是19世纪末奥地利社会经济、政治条件及社会生活的产物。

当时的奥地利，在经济上，自由资本主义发展到垄断阶段，社会的阶级矛盾更加尖锐；在政治上，民族矛盾和阶级矛盾交织，广大人民遭受封建主义、资产阶级和民族主义的三重压迫，整个社会动荡不安；在社会文化上，仍处于维多利亚女王时代，宗教气氛浓厚，两性禁忌甚严，人们正常的性欲望、性生活得不到满足，性本能受到极大压抑，造成人们精神上的巨大创伤和内部紧张的冲突状态。社会外部恶劣的政治条件和压抑的文化环境与个人内部的紧张冲突交织在一起，致使神经症和精神病的发病率日益增高。

弗洛伊德的精神分析理论也正是为了解决这一社会问题应运而生的。

二、主要代表人物及其理论（一）弗洛伊德及其精神分析理论1.人物简介弗洛伊德·西格蒙德（Sigmund Freud），奥地利医生、心理学家，他是精神分析学派的创始人。

1856年5月6日出生于摩拉维亚，4岁时举家迁居维也纳。

他在中学时代就显现非凡的智力，成绩一直名列前茅，17岁考入维也纳大学医学院，1876～1881年在著名生理学家艾内斯特·布吕克的指导下进行研究工作。

1881年开始私人执业，担任临床神经专科医生。

1938年因遭纳粹迫害迁居伦敦，1939年12月23日因口腔癌在伦敦逝世。

弗洛伊德对精神分析的兴趣是在1884年与布洛伊尔合作治疗一位名叫安娜·欧的21岁癔症患者期间产生的。

他先从布洛伊尔那里学习了宣泄疗法，后又师从J.沙可学习催眠术，继而提出了自由联想疗法，1897年创立了自我分析法。

他一生中对心理学的最大贡献是对人类无意识过程的揭示，提出了人格结构理论、人类的性本能理论以及心理防御机制理论。

## <<心理与健康>>

### 编辑推荐

《心理与健康》；随着社会经济的发展，人们在生活、学习和工作中承受的心理压力越来越大，心理问题已经成为影响人们生活质量的重要问题。

大学生作为一个特殊的群体，其心理健康问题显得尤为突出，因此，掌握心理健康知识，更好地认识自我，培养健康的人格，提高适应能力，以应对未来社会的激烈竞争，已经成为当代学校教育和大学生自我成长的一项重要任务。

本教材立足大学生学习特点，以心理学原理为基础，在体育学和健康学的学科前沿寻求21世纪人们健康发展的科学之路，适合高等教育层次的学员学习使用。

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>