

<<心理卫生学>>

图书基本信息

书名：<<心理卫生学>>

13位ISBN编号：9787310023424

10位ISBN编号：7310023420

出版时间：2005-10

出版时间：南开大学出版社

作者：王敬群

页数：391

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>

<<心理卫生学>>

内容概要

21世纪威胁人类健康的不再是生理疾病，而是心理疾病。

21世纪是人类心理重负的时代。

科技和文化的高速发展，社会竞争的日趋激烈，使人的心理压力不断增加。

心理卫生工作要解决的恰恰是当今时代的这类问题。

心理卫生泛指运用心理学的知识，经由教育性历程，以保持并增进个人心理健康的一切措施。

对个人来说，研究心理卫生之道可以使自己保持身心健康状态，并可协助、增进他人的心理健康，使人人享受幸福美满的人生。

切记：心理健康是一切的根本！

<<心理卫生学>>

书籍目录

前言第一章 心理卫生学概述 第一节 心理卫生的一般概念 第二节 心理卫生的起源、发展与前景 第三节 心理卫生学的研究内容与意义第二章 心理卫生学的基本理论 第一节 精神分析的心理卫生理论 第二节 行为主义心理学理论 第三节 认知心理学理论 第四节 人本主义心理学理论 第五节 中国传统的心理卫生观点 第六节 心理卫生学的其他理论第三章 人生全程发展与心理健康 第一节 人生阶段的划分与心理的发展 第二节 婴儿期心理健康 第三节 儿童期心理健康 第四节 青少年期心理健康 第五节 成年期心理健康 第六节 老年期心理健康第四章 环境变化与心理健康 第一节 环境的类别及其影响 第二节 个人空间 第三节 拥挤 第四节 城市生活第五章 自我概念与心理健康 第一节 什么是自我概念 第二节 自我概念的核心特征 第三节 自我概念的影响 第四节 自我成长第六章 人格与心理健康 第一节 揭开人格的真面目 第二节 人格的魅力之源 第三节 健全人格的培养与塑造第七章 情绪与心理健康 第一节 情绪的认识 第二节 情绪的表达 第三节 情绪的管理第八章 人际交往与心理健康 第一节 人际交往理论 第二节 人际交往的影响因素 第三节 人际交往的技巧 第四节 网络人际交往I 第五节 人际交往心理问题的调适I第九章 爱情、婚姻和性与心理健康 第一节 爱情与心理健康 第二节 婚姻关系中的心理卫生 第三节 性心理卫生第十章 工作、休闲与心理健康 第一节 生涯规划 第二节 就业准备 第三节 职业生涯中的心理保健 第四节 休闲与心理适应第十一章 压力与应对 第一节 压力II 第二节 应对第十二章 危机干预 第一节 危机与危机干预 第二节 危机干预的主要对象——自杀者的特点研究 第三节 自杀预防与危机干预第十三章 心理障碍及其预防和治疗 第一节 心理障碍的概念、病因及分类 第二节 心理障碍的心理治疗 第三节 心理障碍的预防参考文献

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>