

<<心理卫生>>

图书基本信息

书名：<<心理卫生>>

13位ISBN编号：9787536129771

10位ISBN编号：7536129777

出版时间：2004-6

出版时间：第1版 (2004年6月1日)

作者：唐红波编

页数：332

字数：300000

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>>

### 内容概要

心理健康的维护也有赖于坚持以预防为主，讲究心理卫生，提高心理素质。

心理卫生正是一门维护和增进心理健康的科学。

本书系统阐述了心理卫生的基本原理以及日常应用等问题。

在编写上，尝试突出这样几个特点：突出“发展优先、防重于治”的思想，强调以提高心理调节能力、增强心理素质为核心进行心理卫生工作。

突出“身心合一”的思想，强调心理保健必须与身体保健相结合。

不拘泥于传统的学科编写结构，注意以认知线索来组织内容，以达到利于学习掌握的目的。

力求理论性和应用性做到较好的融合，语言亲切、自然，可读性强。

本书可作为心理学、教育学及其他专业学生使用的“心理卫生”课程的教材或主要参考书，也可作为心理健康教育师资培训的教材或主要参考书。

另外，心理学爱好者和一般读者（尤其是教师、家长）通过阅读本书，也会受益匪浅。

## &lt;&lt;心理卫生&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 绪论 第一节 科学的健康观 第二节 什么是心理卫生第二章 心理健康 第一节 心理健康的概念与标准 第二节 心理异常 第三节 心理健康水平的判别第三章 心理卫生的理论基础 第一节 焦虑理论 第二节 应激理论 第三节 人本主义心理学的心理健康观第四章 心理健康的影响因素 第一节 影响心理健康的生物因素 第二节 影响心理健康的主要心理社会因素第五章 心理卫生的历史发展与基本方略 第一节 心理卫生的思想渊源 第二节 心理卫生运动的兴起与发展 第三节 心理卫生的基本方略第六章 个体心理卫生的基本原则 第一节 认知合理积极 第二节 自我意识良好 第三节 人际关系良好 第四节 乐于参加劳动 第五节 生活方式健康 第六节 善于调节情绪第七章 个体一生发展的心理卫生 第一节 概述 第二节 胎儿及婴幼儿期心理卫生 第三节 童年期、青少年期心理卫生 第四节 中年及老年心理卫生第八章 恋爱、婚姻与家庭心理卫生 第一节 性心理发展与恋爱的心理卫生 第二节 夫妻关系心理卫生 第三节 亲子关系心理卫生 第四节 家庭心理卫生的作用、特点、标准与促进第九章 学校心理卫生 第一节 学校心理卫生概述 第二节 教育管理与心理卫生 第三节 教学活动与心理卫生 第四节 教师心理卫生第十章 环境优化与身心健康 第一节 影响身心健康的自然环境因素 第二节 家居与学校环境的优化参考书目

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>