

<<大学生性与健康>>

图书基本信息

书名：<<大学生性与健康>>

13位ISBN编号：9787561427804

10位ISBN编号：7561427808

出版时间：2004-3

出版时间：四川大学出版社

作者：马骁，张立实，魏嗣琼 主编

页数：277

字数：210000

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>

<<大学生性与健康>>

内容概要

本书的目的是为大学生提供必要的性生理、性心理、性道德知识，以及保持性健康的技能，帮助青年大学生做出明智的选择，增强自制力，学会用理智和道德约束自己，保持理性的头脑，学会性心理调节及注意力的转移，对自己的行为负责。

希望本书能帮助大学生树立正确的恋爱观、性观念，顺利地度过这段“动荡”时期，为其身心健康助一臂之力。

<<大学生性与健康>>

书籍目录

第一章 性发育与性健康 第一节 小生命的产生 一、精子、卵子与受精 二、胚泡植入、妊娠和分娩 三、胚胎龄的计算 四、早期妊娠的诊断 第二节 性别与性心理发展 一、性别与性角色 二、性意识的发展 三、青春期内性心理特征 第三节 性健康与性卫生保健 一、概述 二、性健康 三、性卫生保健第二章 性系统的解剖生理 第一节 男性性系统的解剖生理 一、男性性系统的结构和功能 二、男性青春期内性发育 三、男性常见卫生问题 第二节 女性性系统的解剖生理 一、女性性系统的结构和功能 二、女性青春期内性发育 三、女性常见卫生问题 第三节 乳房及月经卫生 一、乳房卫生 二、月经卫生 第四节 性与内分泌 一、雄激素 二、雌激素 三、孕激素第三章 性心理 第一节 概述 一、心理 二、性心理 三、男女心理的差异 第二节 性心理健康 一、概念 二、性心理的自我调节第四章 性行为第五章 女性性问题第六章 性功能障碍第七章 性心理障碍第八章 生育与性第九章 药物与性第十章 性道德与性犯罪第十一章 性传播疾病参考文献

<<大学生性与健康>>

章节摘录

书摘 一、心理 (一)心理现象 人的心理是客观现实在人脑中形成的映像。

心理现象是人们在生活中经常熟知、切身经历到的一些精神现象。

心理现象按照其形式的不同,分为心理过程和个性心理两大部分(图3-1)。

1. 心理过程 心理过程即指心理活动过程,指人脑对现实的反映过程,是心理现象的不同形式对现实的动态反映。

心理过程是人的心理表现的重要方面,由于其性质和形态不同,又分为认知、情感和意志过程。

(1)认知过程是对来自外界环境的信息,通过感觉器官加以选择、接受,在神经通路和脑中进行编码、储存、确定意义,并运用经验、知识解决问题的过程,也就是不断接受、储存、加工和理解各种信息,对客观事物的现象和本质的反映过程。

认知过程由感觉、知觉、记忆、思维和想象等心理活动过程组成。

1)感觉是直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性在人脑中的反映,是认知过程的开始环节。

只有通过感觉,才能接受和辨别客观事物的属性,如大小、声音、颜色、气味、温度、轻重、硬软等,以及自身的姿势、体位状态等。

2)知觉是直接作用于感觉器官的客观事物的整体属性在人脑中的反映。

感觉是知觉的基础,但知觉远比感觉复杂,还包含了对客观事物的理解和解释过程。

3)记忆是人脑对经历过的事物的反映。

过去感知过的事物、体验过的情感以及操作过的动作等,在一定条件下被回想起,或被再认识,这就是记忆的心理现象。

4)思维是人脑借助于语言对客观事物的本质属性及其规律性间接的和概括的反映。

经过思维才能认识到事物的本质和内部联系。

思维不仅使低级心理高级化,而且使人的意识和自我意识得以形成和发展。

思维的过程包括分析、综合、比较、抽象、概括等等。

5)想象是人脑对已有的事物的形象进行加工改造,形成事物新形象的心理过程。

想象分为无意想象和有意想象,按照新形象的创造性、新颖性和独立性,有意想象又分为创造想象和再造想象。

幻想则是一种与生活愿望相结合并指向未来的想象,属于创造性想象的一种特殊形式。

如果幻想的内容符合客观事物的发展规律,并能有计划、有步骤去实现它,这种幻想就转化为理想,否则就是空想。

(2)情感过程是对于所认识事物的态度的主观体验过程。

它是人对于客观事物是否符合个人的需要而产生的态度体验。

情感过程包含情绪和情感。

1)情绪是生理需要能否得到满足所引起的体验。

它的表现较强烈,具有明显的外部特征。

根据发生的速度、强度和持续时间的长短,可把情绪分为三种状态: 心境——一种微弱的、持久的、具有渲染性的情绪状态; 激情——一种强烈的、短暂的、爆发式的情绪状态; 应激——突然出现意外情景时所引起的高强度、高紧张度的情绪状态。

2)情感是精神和社会需要能否得到满足所引起的体验。

情感为人类所特有,受具体环境影响较大,其表现比情绪深沉而含蓄,稳定而深刻。

情绪和情感虽然可通过外部表情表达,但真正能体验的只有当事人自己。

(3)意志过程是为完成一定的任务,实现预定的目的而组织行动的心理过程。

1)意志过程具有目的性、坚持性和支配性的特点。

目的性——意志的首要特征是具有明确的目的; 坚持性——意志通过坚持克服困难而表现出来,越困难的事情,越要去努力完成,轻而易举能完成的事情,不体现人的意志; 支配性——意志直接支配人的行动。

2)意志的基本品质包含自觉性、果断性、坚毅性和自制性。

<<大学生性与健康>>

自觉性——对自己行为目的及其社会意义有深刻理解和正确认识，并能主动调节和控制行为；果断性——一种明辨是非，迅速而坚决地进行决断的品质；坚毅性——在行动中坚持决定，百折不挠地克服一切困难和障碍，实现既定目的的品质，也称顽强性、坚韧性和毅力；自制性——善于控制自己的情绪，约束自己言行，有意识地支配和调节自己的思想和行动的能力。

2. 个性心理 个性是指个人在自然素质的基础上，由于社会的影响，通过人的活动而形成的稳固的心理特征的总和。

个性由两部分组成：一是个性倾向性；二是个性心理特征。

(1)个性倾向性是个体进行活动的内在动力和基本原因，主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念等内容。

1)需要是个体在社会生活中对客观事物的需求在人脑中的反映。

需要表现出人对某种目标的欲望和渴求。

需要的根本特性是它的动力性，它是人类活动、行为的动力，是个体积极性的源泉。

2)动机是直接推动人进行活动，从而满足需要并达到目标的内在驱动力。

人的一切有意识的活动都由动机引起，而动机是在需要的基础上产生的。

3)兴趣是人力求认识和探究某种事物的个性倾向。

兴趣以需要为基础，并总与积极愉快的情绪相联系。

兴趣是人们获取知识、发展能力的巨大动力。

4)理想是符合客观规律并同奋斗目标相联系的想象，也是对未来有可能实现的奋斗目标的向往和追求。

5)信念是人坚信某种观点的正确性，并经常用来支配自己行动的个性倾向。

它表现在一个人对他所获得的知识真实性坚信不移，并力求加以实现。

(2)个性心理特征是人的多种心理特点的结合，在心理活动中经常地稳定地表现出来。

它包括气质、能力和性格。

1)气质是一个人出生时所具有的稳定的心理特点，是典型的心理活动动力特征，是人的高级神经活动类型特点在心理活动和行为方式上的表现。

2)能力是直接影响某种活动完成效果的个性心理特征。

如一般能力中的观察力、记忆力、想象力、思维能力；专业特殊能力中的组织能力、语言能力、诊疗能力等。

能力在活动中形成和发展，并在活动中表现出来。

3)性格是个人对客观现实稳定的态度，及与之相适应的习惯化的行为方式。

性格是个性的核心部分，是区别个性的主要心理标志。

(二)心理本质 1. 脑是心理的器官，心理是脑的机能

<<大学生性与健康>>

媒体关注与评论

前言性，是一件关千家万户身心健康，生活美满，社会文明，民族兴旺的大事。

性，既是一个难以启齿的字眼，又是一个人们渴望了解的热点，人类潜在欢乐与痛苦的源泉，大量心理问题和社会问题的始发点。

性也是人类生命的源泉，是整个人生不可或缺的一部分。

千百年来，在人生旅途中，性爱、婚恋都是男人与女人生活的中心。

对于孩子，性是充满好奇的，是游戏；对于青少年，性是神秘的，是美好的憧憬；对于成人，性是情感粘合剂，是愉悦，是繁衍后代的前提。

住性发育、性成熟和性冲动作用下，在“性自由”和“性解放”思潮的影响下，大学生的性观念发生了很大的变化。

在大学生中，对性冲动缺乏自制力者有之，发生接吻、拥抱、抚摸性器官等边缘性行为者占相当大的比例，与谈恋爱的比例几乎相等。

有人对1136名大学生进行的调查表明，14.1%有过性经历。

大学乍婚前性行为、同居屡见不鲜，由此引起的性传播疾病时有报道。

四川大学华西公共卫生学院近3年监测三年级医学生性认知的数据显示，赞同或不反对婚前性行为的同学由54.9%增加到了83.5%。

因此，学校加强对大学生性观念的引导和教育迫在眉睫。

大学生在智能、体能、性机能等方面的发育已趋成熟，出现强烈的性冲动是正常的现象，符合人的性生理、性心理发展的自然规律。

一项对319名大学生的调查表明，平时有性冲动的占86%，男生为96.31%，女生为68.37%。

由于人与其他动物不同，人具有社会属性，人类的性冲动和性需求要受社会道德、法律的制约。

从青春期性萌动到法定结婚年龄的十多年里，性冲动、性饥渴震荡着青年大学生的心灵。

有的人因此而烦躁不安，心绪不宁；有的人忧心忡忡，郁闷莫名；还有些人萎靡不振，缺乏自信，痛苦、焦虑，悲观、绝望，导致神经衰弱，无力完成学业；最遗憾的是个别人屈从于性冲动，放纵自己的性行为，走上性犯罪道路。

可见，对性冲动处理得当，有助于他们顺利成才；处理不当，可能导致其性偏差，影响学业，影响就业，影响社会地位，影响终身发展。

编写本书的目的是为大学生提供必要的性生理、性心理、性道德知识，以及保持性健康的技能，帮助青年大学生做出明智的选择，增强自制力，学会用理智和道德约束自己，保持理性的头脑，学会性心理调节及注意力的转移，对自己的行为负责。

本书根据大学生的知识水平、阅读能力，以及对性知识的需要，选编了性生理、性心理、性道德和性疾病预防四方面的内容，可以作为大学生性知识读本或性心理辅导的参考书。

希望本书能帮助大学生树立正确的恋爱观、性观念，顺利地度过这段“动荡”时期，为其身心健康助一臂之力。

本书撰写中参考了国内正式出版的有关书籍，在此特向有关作者表示谢意！由于时间仓促和笔者水平有限，本书难免存在不足之处，敬请读者提出宝贵意见，以便今后修改。

编者

2003年6月于成都

<<大学生性与健康>>

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>