

《心理卫生与心理咨询百科全书》

图书基本信息

书名：《心理卫生与心理咨询百科全书》

13位ISBN编号：9787310016853

10位ISBN编号：7310016858

出版时间：2002-11

出版社：南开大学出版社

作者：梁宝勇 编

页数：650

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

前言

早在上个世纪中叶，世界卫生组织（WHO）在其宪章中便明确提出，健康是指身体上、心理上和社会功能上的一种完好状态，而不仅仅是没有疾病或身体不虚弱而已。按照这个定义，健康涉及人的三个方面的重要的功能活动，即生理或生物学功能活动、心理功能活动和社会功能活动。只有当这三种功能都处于完好状态的时候，我们才能说一个人是健康的人。后来有人又将心理功能细分为情绪、智能和精神（道德）等方面，更加强调心理或精神成分在健康中的重要地位。值得指出的是，健康的诸多方面不是彼此孤立的，而是相互联系、相互作用和相互影响的。仅仅从生理（身体）、心理和社会这三个方面来看，生理方面的异常变化有时会损害人的心理和社会功能活动。例如，患有躯体性疾病可以使人在情绪上变得焦虑和忧郁，造成认知功能下降，甚至不能正常的工作和学习。社会功能的异常也会影响人的心理状态，并间接地损害人的身体健康。例如，工作失败可以使一个人悲观绝望，长期地处于这种情绪状态则会进一步导致身体的不适症状。心理功能的异常变化，则会同时对人的身体和社会功能产生负面的影响。例如，焦虑和抑郁可以转换成为身体的症状表现出来（一个长期焦虑的人可能出现心慌、气短和多汗等躯体症状），或同其他致病因素一起导致新的疾病的发生；心理不健康的人也难以保持正常的社会功能，从而便会使他们的工作、学习和家庭生活等受到负面的影响。

在健康所涉及的三种基本功能活动中，心理功能活动状况在一个人的健康中起着至关重要的作用。心理健康不仅有益于身体的健康和减少精神疾病与心身疾病的发生，而且有益于工作、学习和家庭生活的幸福美满。因此，同身体健康一样，心理健康也成为人人都要追求的一个人生目标。

最近半个多世纪以来，随着社会变革和生产力的迅速发展，人们的生活与工作条件已经发生了翻天覆地的变化。工业化、都市化造成人口过于密集，交通与住房过于拥挤；工业生产的现代化大大地改变了人在劳动中所起的传统作用。正如著名的诺贝尔奖获得者DuBois所言：“现代人已经……不太需要去对抗饥寒交迫的窘境和其他有伤身体的危险，但是他们必须对付排得满满的日程表、（繁忙的）交通、噪声、拥挤、竞争和其他人为的紧张情境。”社会政治经济制度的重大变革，生产和生活方式的急剧变化，生活节奏的加快和竞争的加剧等，都会加重人们适应生活的压力和应对的困难。在这些情况下，要始终保持健康的心理绝非易事！研究表明，我们大多数人的一生中都难以完全免除心理障碍的困扰，精神疾病绝非少见。据美国几年以前的一个全国采样调查资料，48%的25至49岁的成年人曾经或正在患有经医学诊断证实的精神疾病；这个数字不包括那些尚未满足医学诊断标准、但已有较明显心理痛苦或行为适应不良的情况。

内容概要

《心理卫生与心理咨询百科全书》内容简介：健康涉及人的三个方面的重要的功能活动，即生理或生物学功能活动、心理功能活动和社会功能活动。只有当这三种功能都处于完好状态的时候，我们才能说一个人是健康的人。后来有人又将心理功能细分为情绪、智能和精神（道德）等方面，更加强调心理或精神成分在健康中的重要地位。

作者简介

梁宝勇，临床心理学家，1963年9月—1968年8月在北京大学哲学系心理学专业读大学本科；1968年9月—1978年8月在吉林省辉南县人民医院医师；1978年9月—1981年10月浙江（杭州）大学心理系读研究生，师从陈立和朱祖祥，获硕士学位。1981年10月—1996年3月在白求恩医科大学（现吉林大学）从事教学和研究（1987年任副教授，1992年晋升教授），曾担任心理学教研室主任和精神卫生教研室主任。1996年4月—现在天津师范大学心理与行为研究院任教授，期间曾担任临床心理所所长，应用心理学学科带头人，教育部普通高等学校学生心理健康教育专家指导委员会秘书长等职务。因其严谨的治学和 在应用心理学领域的杰出贡献，在2009年7月被授予“医学心理学教育终身成就奖”。

书籍目录

- 第一篇 心理发展与心理卫生
- 第二篇 心理障碍产生的原因
- 第三篇 心理障碍的评定
- 第四篇 人生各阶段常见心理健康问题

章节摘录

(1) 心理发展的概念 人的心理健康与其心理发展水平有密切的关系。人的心理发展水平制约人的心理适应能力，决定人对各种生活事件的应对方式。心理障碍的类别和程度与其心理发展水平有直接关系。因此，揭示人的心理发展规律和各年龄阶段的心理的特点对心理保健工作是十分必要的。

所谓发展就是有机体或是它的器官在体积和重量上的增长，在构造上更加精密，在机能上更加具有能力。人从小到大总处在发展中：身体不断长高，体重不断增加，各种器官和神经系统也都是由简单到复杂。心理水平也在发展。心理的发展指个体在遗传、环境和教育影响下由低级心理机能向高级心理机能转化的过程。心理发展具有如下特点：心理发展是连续的。心理发展是一个连续的过程，既不会无缘无故地停顿，也不会跳跃。发展的速度并不一致，有时快些，有时慢些。发展有一定的方向和顺序。如儿童思维的发展就是从动作思维到形象思维再到抽象思维。发展存在着个别差异。心理发展存在速度和水平的差异。如能力的发展，有的人快些，有的人慢些。人的心理与人的身体结构、生理变化一样，是从低级向高级、由简单向复杂不断地发展的。这个发展过程是由量变到质变的过程。其中，既包含着环境和教育的影响，也体现了自然成熟的结果。

(2) 影响心理发展的因素 影响心理发展的因素主要包括遗传因素、环境和教育因素。遗传因素

人的心理是在一定的生物遗传的基础上发展起来的。遗传因素是心理发展的内部条件和自然前提，它为心理发展提供了可能性。遗传素质给心理发展设置了内部限制，使人不可能任意向某个方向发展其心理品质；同时又给心理发展带来了某种内部倾向性，使每个人具有和遗传素质最相适应的心理品质的发展方向。它不仅是心理发展的物质基础，而且也是心理发展的潜在因素。遗传为心理发展提供了必不可少的先天素质。素质是人先天的解剖生理特点，主要是感觉器官和神经系统方面的特点。大多数人的遗传条件是差不多的，但各人的素质也存在一些差异。遗传因素通过素质对人的智力发展造成影响。例如，巴甫洛夫的高级神经类型学说指出人的高级神经类型可以分为偏抽象型、偏形象型和中间型。偏抽象型有利于发展数理能力，偏形象型则有利于从事文艺创作。这就要求教育者有的放矢地加以引导和培养。遗传对智力发展的影响存在着年龄特征。总的趋势是，遗传因素对智力的影响随着年龄增大而减弱。随着年龄的增长，尤其是到了中学的高年级，遗传因素的作用不如环境和教育的影响那么明显和直接。遗传因素还通过气质影响性格的发展。气质是人高级神经系统类型在个性心理特征上的表现。气质主要表现在情绪情感经验与动作发生的速度、强度、灵活性和隐显性上，它给性格的态度特征和相应的行为方式带上一定的色彩，影响着性格。气质本身是先天与后天的“合金”。从这个意义上说，气质类型是性格的机制或基础，反映了遗传因素在性格发展中的作用。然而，气质本身不等于遗传素质，气质在后天条件下得到改造，受到人的整个个性心理特征与个体意识倾向性的控制。

媒体关注与评论

精神障碍正成为当前我国疾病分类中较为严重的一类疾病。按照国际上衡量健康状况的伤残调整年指标（DALY）评价各类疾病的总体负担，精神障碍在我国疾病总负担的排名中居首位，已超过了以脑血管、呼吸系统及恶性肿瘤等疾患……据预测，进入21世纪后我国各类精神卫生问题将更加突出。在2020年的疾病总负担预测中，精神卫生问题仍将排名第一。因此，加强精神疾患的防治，预防心理和行为问题的发生，已经成为当前我国一项重要和十分紧迫的任务。——殷大奎（卫生部部长）：《中国心理卫生杂志》2000年第14卷第1期

世界上前十种致残或使人失去劳动能力的主要疾病中有五种是精神疾病。它们是抑郁症、精神分裂症、双相情感障碍、酗酒和强迫性神经症……正像其他国家一样，中国目前也面临着精神疾病所带来的越来越大的负担。根据我们的估计，精神疾病在中国占有所有疾病负担的14.3%，到2020年，预计有六种精神疾病将进入前二十种主要疾病的行列中，占有所有疾病负担的17.4%。——布伦特兰（世界卫生组织干事）：《中国心理卫生杂志》2000年第14卷第1期

编辑推荐

心理发展与心理卫生、心理障碍产生的原因、心理障碍的评定、人生各阶段常见心理健康问题等

。

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:www.tushu000.com