

<<心河安渡>>

图书基本信息

书名：<<心河安渡>>

13位ISBN编号：9787560138541

10位ISBN编号：7560138543

出版时间：2008-5

出版时间：吉林大学出版社

作者：李金华，尚德平 著

页数：421

字数：330000

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>

## <<心河安渡>>

### 前言

心理学研究证明：需要，决定着人们行为的方向、方法、幸福和痛苦；需要的满足，决定着人们行为方向的确立、方法的选择、追求的强度、幸福的多寡、痛苦的程度。

人类除了少数的由于刺激而引发的行为之外，其他的行为大多是由需要引发的。

然而，心理学研究还同时证明：人类的需要，不仅具有：第一、人的需要“总指向于某种具体事物”第二、人的需要“决定人的行动和对内容选择”、第三、人的需要的“改变、发展和丰富是以需要对象范围的改变和满足的方式而变化”的特征，而且具有“并不因其获得而终止”的特征，这就决定了人一生之中的每天，他（她）都将必须面对着选择、幸福、痛苦、遗憾而生存或生活着。

生命是一条河，需要，就是这条河中的激流、浪花、险滩、旋涡。

人的一生如何才能平安地穿渡过这些激流、浪花、险滩与旋涡，这就是我们研究这个课题的基本起点

。

## <<心河安渡>>

### 内容概要

本书是一本系统阐述大学生心理障碍的治疗、心理冲突的自我调适方法的心术性著作。书中，作者以翔实的资料、深入的剖析、缜密的思维，生动地讲述了大学阶段的大学生们在角色、学习、交际、应激、挫折、情感、人格、爱情与性、社会与职业以及网络生活等方面遇到障碍时的解救方法。是高校广大教师、学生和专门从事心理咨询工作的同志必备的一本工具书籍。

<<心河安渡>>

作者简介

李金华，女，1964年生，沈阳航空工业学院社会科学部副教授，毕业于东北师范大学研究生院。  
研究方向：思想政治教育。

## &lt;&lt;心河安渡&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论 第一节 心理健康概述 第二节 大学生的心理健康 第三节 研究的目的、任务和方法

第一章 人的生理与心理的统合 第一节 人的心理概述 第二节 人的生理与心理的协调发展 第三节 人的心理发展的超前与滞后

第二章 人的心理障碍与青年心理障碍 第一节 人的心理障碍 第二节 青年心理异常及协调 第三节 大学生的心理特征

第三章 大学生角色心理障碍的矫治 第一节 关于角色的一般理论 第二节 大学生角色心理 第三节 大学生角色心理障碍的成因及矫治

第四章 大学生学习心理障碍及其矫治 第一节 大学生学习心理的构成 第二节 大学生学习心理障碍的表现及原因 第三节 大学生学习心理障碍的矫治

第五章 大学生交际心理障碍及其矫治 第一节 大学生的交际 第二节 大学生交际的心理障碍 第三节 大学生交际心理障碍的矫治(上) 第四节 大学生交际心理障碍的矫治(下)

第六章 大学生应激与挫折心理的矫治 第一节 应激与挫折心理的实质 第二节 应激与挫折心理的临床表现 第三节 大学生应激与挫折心理的矫治

第七章 大学生情绪心理障碍的矫治 第一节 情绪心理与情绪心理健康 第二节 情绪与情感障碍的表现 第三节 大学生的情绪与情感心理 第四节 大学生情绪与情感心理障碍的矫治

第八章 大学生的人格心理障碍的矫治 第一节 人格与人格障碍的相关理论 第二节 大学生人格心理障碍的诊断 第三节 常见人格心理障碍的矫治(上) 第四节 常见人格心理障碍的矫治(下)

第九章 大学生性心理障碍的矫治 第一节 性与性心理 第二节 大学生性心理障碍 第三节 大学生常见的性心理障碍的矫治 第四节 大学生性心理变态的矫治

第十章 大学生社会心理障碍的矫治 第一节 大学生的社会心理 第二节 大学生社会心理障碍的成因 第三节 几种常见社会心理障碍的矫治(上) 第四节 几种常见社会心理障碍的矫治(下)

第十一章 大学生职业心理障碍及其矫治 第一节 大学生职业心理概述 第二节 大学生择业心理的一般描述 第三节 大学生就业心理障碍的矫正

第十二章 大学生网络心理障碍及矫治 第一节 网络心理与网络心理障碍 第二节 大学生网络心理障碍的成因及表现 第三节 网络心理障碍的矫治后记

## 章节摘录

二、心理健康理论的一般诠释（一）常见理论的诠释人的心理健康机制的确定，完全取决于人的心理机制的形成和发展的现实。

事实上，人类的心理健康也应该是人类健康的一项重要的重要内容。

由于人的本质属性是人的社会性，人作为物质形态的一切，即生理，无时无刻不参与在人的现实活动中，因此也就形成了人的各自不同的心理。

首先，从人的心理构成的角度看：无论是人的心理现象，还是人的心理过程，就其基本状况而言，大抵是相似或相近的，唯一不同的是人的个性心理部分，如气质、性格、兴趣、爱好、能力、需要等等

。因此人的心理健康的水准，也必然直接反映人的心理发展现实。

所以，1946年召开的第三届国际心理卫生大会曾把心理健康的定义括结为：“在身体、智能及情感上与他人的心理健康不相矛盾的范围，将个人的心境发展成最佳的状态”。

细究这个结论性的概念我们会发现，这个定义中的“身体”，无疑是指人的生理方面，而“智能及情感”，显然指的是人的智力因素和非智力因素两大方面。

至于“与他人的心理健康不相矛盾的范围”则是借用“他人”这个概念来泛指人与他人的社会化一致程度和相融度。

而最后的“将个人的心境发展成最佳的状态”，无疑是一种理想的个体心理发展指标。

## &lt;&lt;心河安渡&gt;&gt;

## 后记

历时四年，我们的这部《心河安渡》的拙著终于杀青付梓了。

回首这寒暑更迭的四载，我们仿佛真的是在“心河”里挣扎。

劳驾过华南、华北、华东、西北、华中等地高校的太多的朋友，剖解过近百个典型的青年自杀者的案例。

统计过许多足以令人惊愕的数字，也面对过太多太多的渴望求助者的目光。

每一次统计、每一次诊断、每一次分析，每一次煞费苦心的诊疗方法的设计，都仿佛将我们一次又一次地走进那令人恐怖的心灵的“炼狱”里去熏灼一次，也曾对自己想发誓今生再也不想去知晓这样的事情，弗朗西斯。

培根曾经说过一句至理名言：“当你把一份痛苦说给别人，你将被分掉一半痛苦；当你把一种幸福告诉他人，你将会获得两个幸福”。

这话，说给除了从事心理咨询和治疗工作以外所有的人，都是对的。

其实就是说给心理医生也没有任何错误。

因为，那是他们的责任。

然而，我们不知道我其他的同行们是否有不同的感受，而对我们来说，这样的信息对于我们，也真的是一种地道的心理的“负荷”。

培根说的，别人的被“分掉了”的“那半儿”痛苦哪里去了？

不是通通进入了“我们”的心中了吗！

记得在三年前华南农业大学校园在不到十天的时间里就有3个年青的生命相继从人们的生活中消失（媒体称之为“连环跳”事件）的日子，我们把正在案头写作的所有的书稿都停了下来，甚至怀疑我们的这工作或努力还能否真的能对这“突现”的事实有所意义或者有所助益？

然而，当我们从经过我们的努力而使不良“心结”得以冰释青年朋友那里看到了他们眉梢舒展的时候，我们又仿佛能够给自己的努力做出些许的以肯定或鞭策。

<<心河安渡>>

编辑推荐

《心河安渡》由吉林大学出版社出版。



<<心河安渡>>

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>