

第四章 心理发展与心理健康

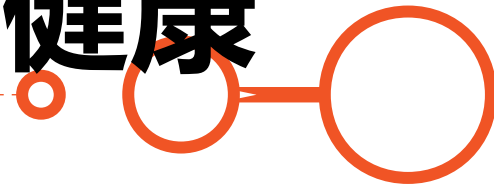
主讲人：万建华

医药学院





第四章：心理发展与心理健康

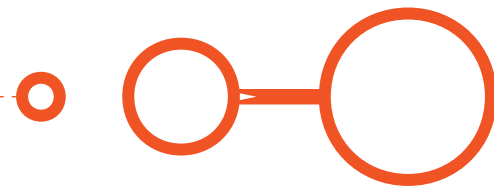


一、概述

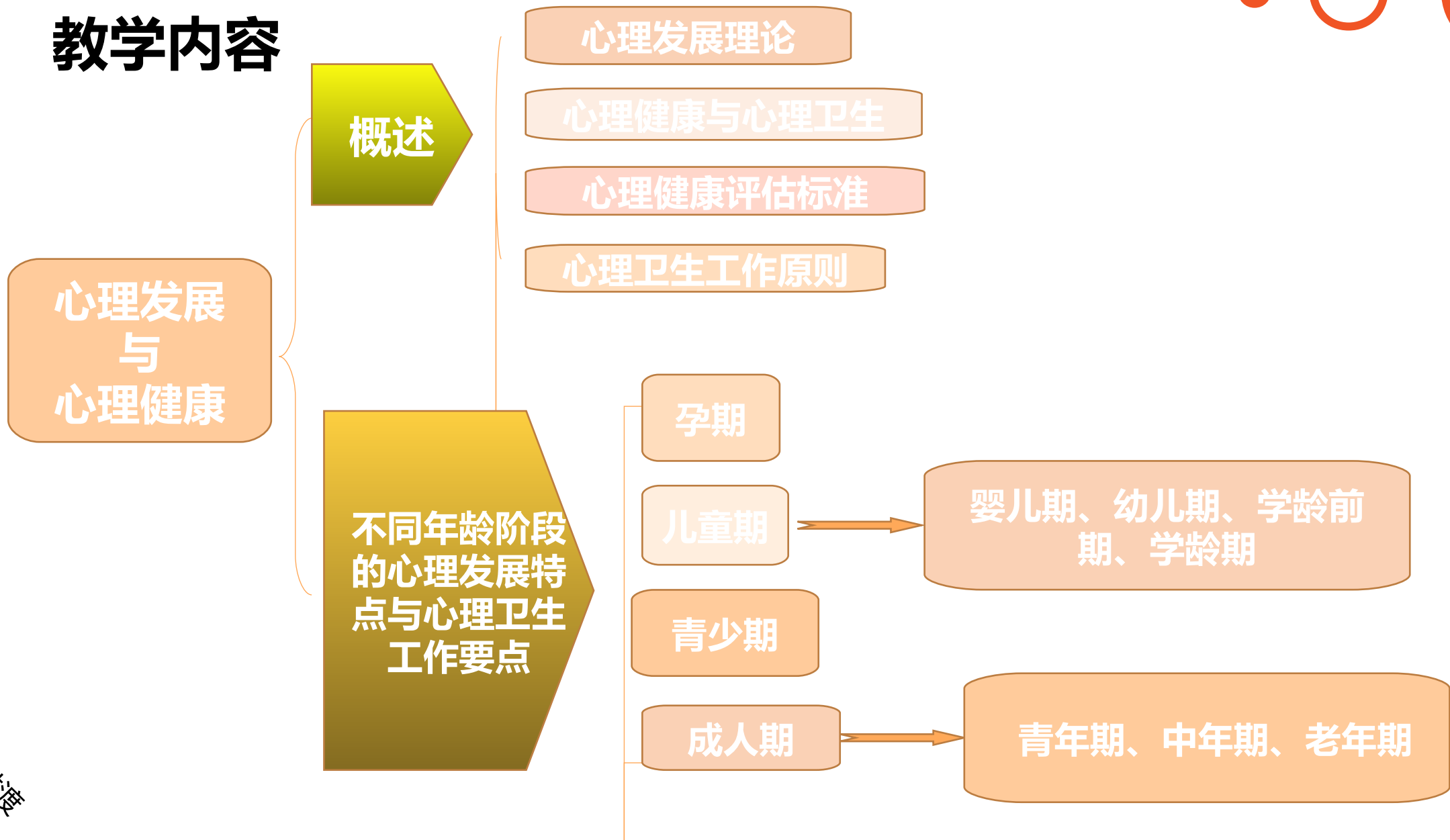
二、不同年龄阶段的心理健康



第四章：心理发展与心理健康

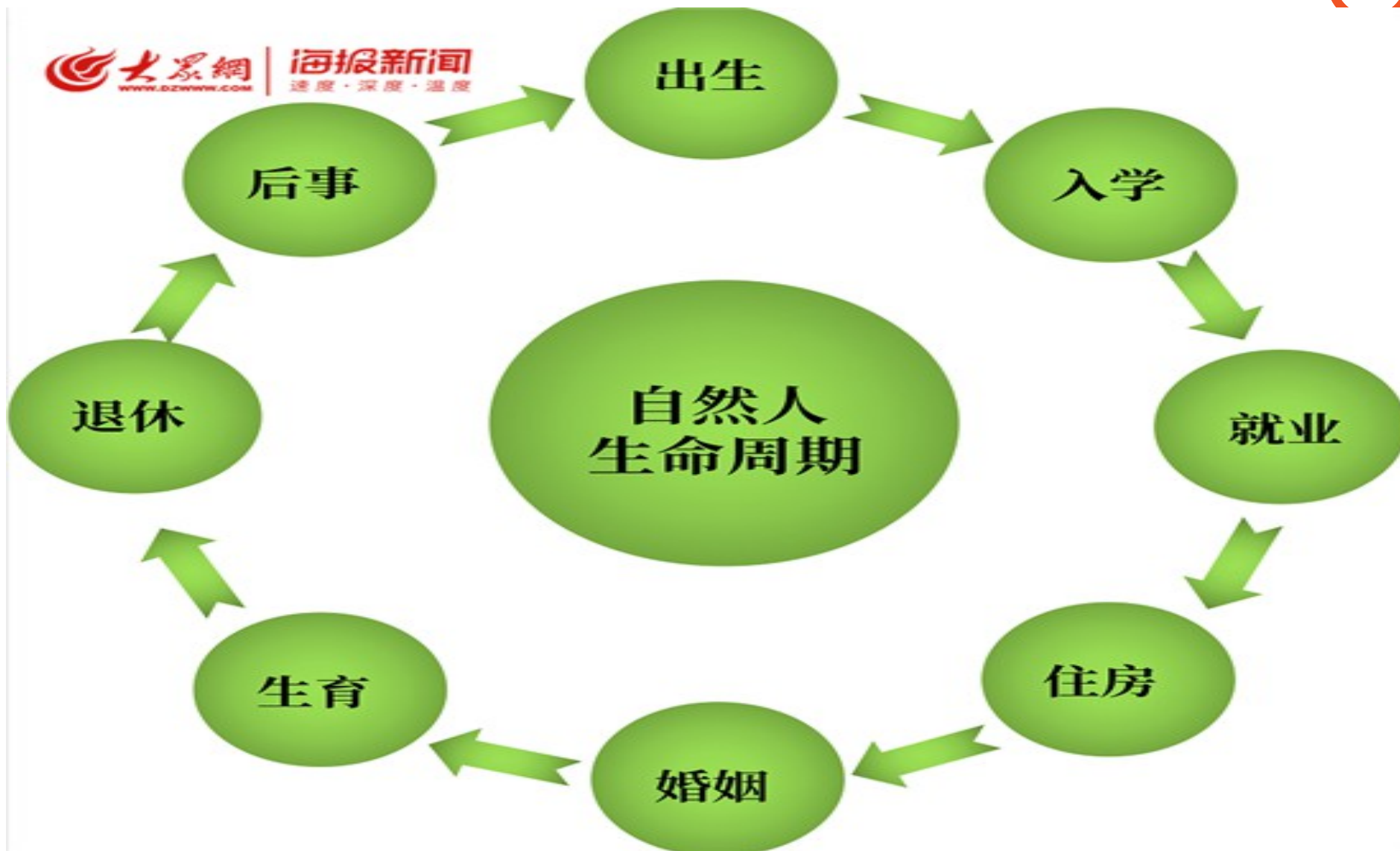
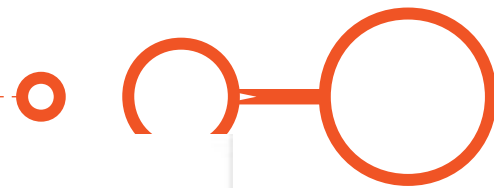


教学内容



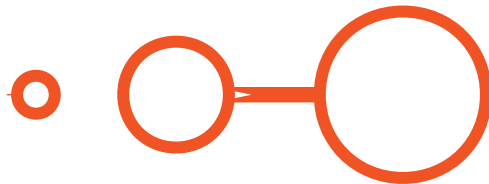


4.1 概述





4.1 概述



1、心理发展理论

1) 弗洛伊德的心理发展精神分析理论

阶段	年龄	快感来源的活动	形成性格
口腔期	0-1 岁	吸吮、咬、吞咽	口腔性格： 贪吃、酗酒、吸烟、咬指甲、被动依赖等
肛门期	1-3 岁	排泄快感	肛门攻击型： 冷酷、破坏性、暴躁 肛门滞留型： 守秩序、爱清洁、固执、吝啬
性器期	3-6 岁	抚弄自己的性器官	“恋父情结或”恋母情结
潜伏期	7 岁至青春期	性冲动转化为学习、体育、社会情感等	平静期
两性期	青春期以后	对异性产生兴趣，两性意识	性心理成熟



4.1 概述

1、心理发展理论

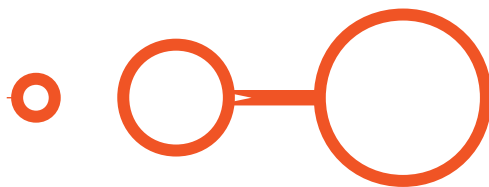
2) 埃里克森的心理社会发展理论

表 1-1 埃里克森人格发展八阶段论

阶段	顺序	年龄阶段	冲突	发展的关键	美德
婴儿期	1	0-1 岁	信任对不信任	婴儿发展与看护者之间的依恋与信任关系	希望
儿童早期	2	1-3 岁	自主对羞怯、怀疑	幼儿习得对自己身体的自主控制并知道对自己的选择感到羞愧或怀疑	意志
学前期	3	3-6 岁	主动对内疚	儿童尝试完成新事物、激发新想法，并不为失败所击倒	方向、目的
学龄期	4	6-12 岁	勤奋对自卑	儿童必须学习文化技能，克服自卑情绪	能力
青年期	5	12-18 岁	同一性对角色混乱	青少年确定自我意识，学习社会角色规范	忠诚
成年早期	6	18- 25 25 岁	亲密对孤独	成人寻求与他人建立亲密的关系，为事业定向	爱
成年中期	7	25 -60 岁	繁殖对停滞	通过创造性的生产活动造福于下一代	关心
成年晚期	8	60 岁以后	智慧对绝望	对自己的一生进行回顾，如能愉快接受自己，便可以面对和接受死亡，否则限于绝望	智慧



4.1 概述



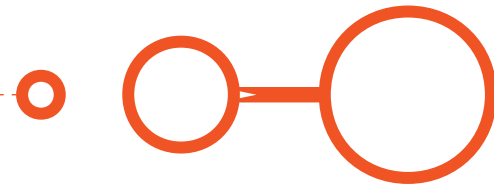
1、心理发展理论

3) 皮亚杰的认知发展理论

阶段	年龄	特 征
感知运动阶段	0-2 岁	仅靠 <u>感觉</u> 和 <u>动作</u> 适应外部环境，应付外界事物。 认知特点：（1）通过探索感知与运动之间的关系来获得动作经验； （2）低级的行为图式； （3）获得了客体的永恒性（9~12 个月）。
前运算阶段	2-7 岁	1. “万物有灵论”； 2. 一切以自我为中心； 3. 思维具有不可逆性、刻板性； 4. 没有守恒概念； 5. 作出判断时只能运用一个标准或维度。
具体运算阶段	7-11 岁	1. 这个阶段的标志是守恒观念的形成（守恒性）； 2. 思维运算必须有具体的事物支持，可以进行简单抽象思维； 3. 理解原则和规则，但只能刻板遵守规则，不敢改变； 4. 思维具有可逆性（儿童思维发展的最重要特征）。
形式运算阶段	11-16 岁	1. 能够根据逻辑推理、归纳或演绎方式来解决问題； 2. 能够理解符号意义、隐喻和直喻，能作一定的概括； 3. 思维具有可逆性、补偿性和灵活性。



4.1 概述



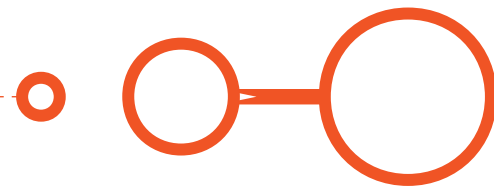
2、心理健康概念

❁ 一般情况下，心理健康指个体的心理健康状态。认为心理健康是以积极的、有效的心理活动，平稳的、正常的心理状态，对当前和发展着的社会、自然环境以及自我内环境的变化具有良好的适应能力，并由此不断地发展健全的人格，提高生活质量，保持旺盛的精力和愉快的情绪。





4.1 概述



2、心理健康概念

✿心理健康与心理卫生

● 心理健康即心理卫生学。心理卫生与心理健康是两个相邻而独立的概念。

● 心理卫生的定义：

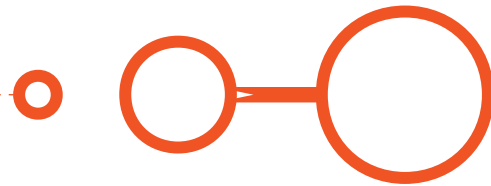
⊙ 指心理上的健康状态。

⊙ 维护心理健康的原则、方法和措施





4.1 概述



3、心理健康评估标准

01

世界卫生组织的
心理健康标准

02

马斯洛的心理健康
标准

03

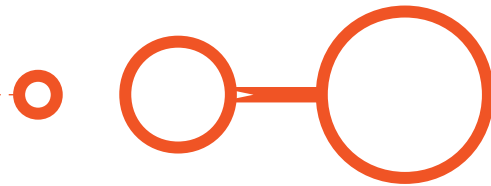
许又新的心理健康
标准

04

中国其他学者的心理
健康标准



4.1 概述



3、心理健康评估标准

1) 世界卫生组织的心理健康标准



人格完整

我感觉良好，情绪稳定，有较好的自我控制能力

充分安全感

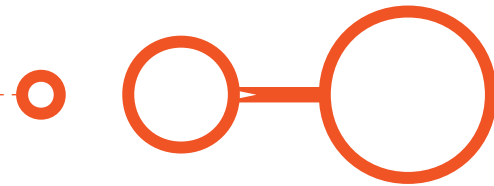
能保持正常的人际关系，受到别人的欢迎和信任

生活目标明确

切合实际，不断进取



4.1 概述



3、心理健康评估标准

2) 马斯洛的心理健康标准

善于从经验中学习

有足够的自我安全感

保持良好的人际关系

了解自己，适度评价

适度表达和控制情绪

理想、目标切合实际

有限度地发挥个性

与现实环境保持良好接触

适当满足个人的需求

人格完整和谐





4.1 概述

3、心理健康评估标准

3) 许又新的心理健康标准



主观体验和内心世界
良好的心境
和恰当的自我评价

体验
标准

操作
标准

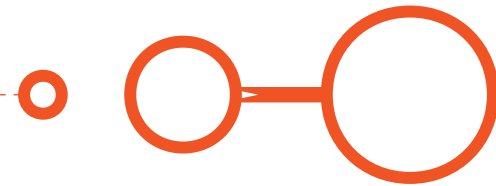
可操作的方法
心理效率、社会效率

发展
标准

是否符合年龄特点
有无发展可能性

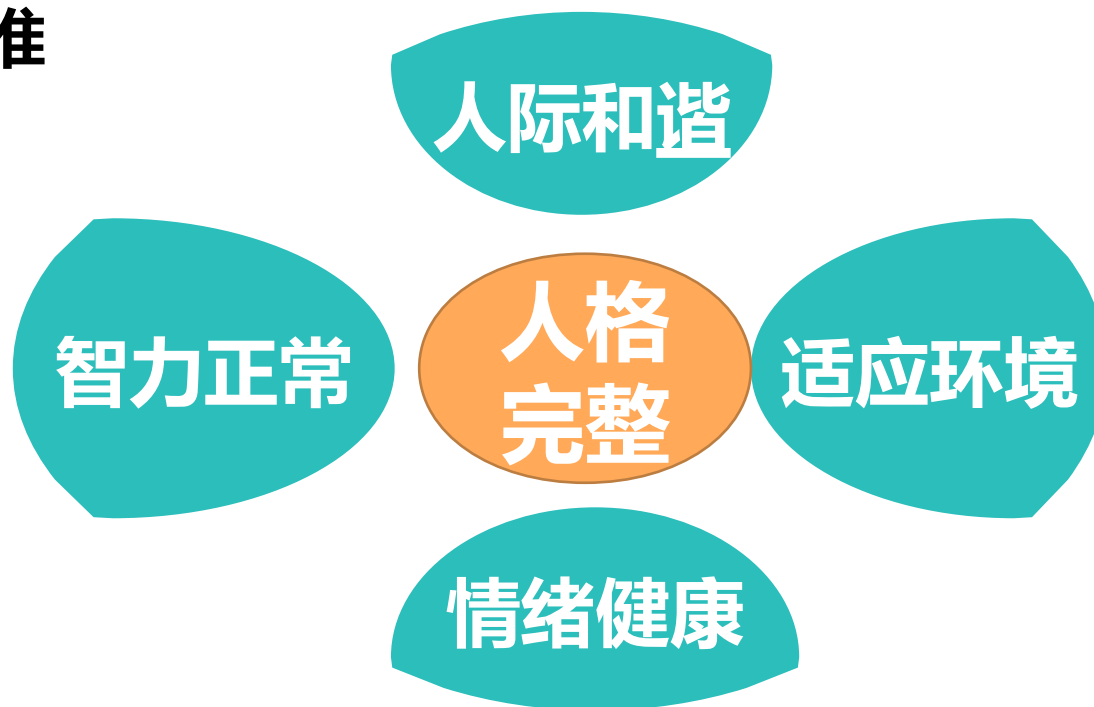


4.1 概述



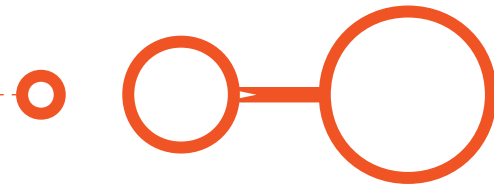
3、心理健康评估标准

4) 中国其他学者的心理健康标准





4.1 概述



4、心理卫生工作的原则

- ❁ 狭义的角度：主要防治各种心理障碍
- ❁ 广义的角度：维护和促进人类心理健康，提高人类对社会生活的适应与改造能力。

