

# 《军营中的心理学》

## 图书基本信息

书名：《军营中的心理学》

13位ISBN编号：9787501990177

10位ISBN编号：7501990174

出版时间：2012-12

出版社：中国轻工业出版社

页数：390

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《军营中的心理学》

## 前言

战争是技术、人力和智慧的较量，它注定要与人的心理紧密相联。从古至今，任何一场战争都蕴藏着大量的心理战法，《孙子兵法》就是其充分的体现。无论现代战争形态如何演变，也不管军事技术达到多么高超的水平，人始终是军事活动中最核心的因素。因此，军人心理成为军事科学的重要研究领域之一。现代军事斗争涉及面广，情况复杂。宏观上看，它是综合国力的对抗；微观上看，它是人的智慧和意志的较量。尽管人类将心理研究引入军事领域还不到一个世纪，然而随着战争形态的不断升级，心理因素在军事活动中的地位和作用日益凸显。军人的智慧不仅表现在战时，也表现在平时军营生活的点滴之中。本书着重介绍心理学在军营生活中的一般应用，比如军人的认知、情绪、意志以及适应、个性、人际、婚恋等，这些内容与军人的日常工作、生活、学习和训练都息息相关；最后两章则介绍心理学在战争中的应用，即心理战以及目前我军心理学理论研究及实践应用的总体概况和最新成果。在本书中，我们希望能够梳理出一个比较清晰和完整的脉络，帮助广大官兵掌握自身心理活动的一般规律，在提升心理健康水平方面获取有益的启示；另外，让官兵在阅读和思考中，能反观自我，洗涤灵魂与自我意识中的沉痾或不良状态，克服或校正自身的缺点和不足，在境界的提升中发掘内在的智慧与潜能，在为实现理想和信念而奋斗的生命历程中，体验价值与幸福。在写作过程中，得到中国轻工业出版社“万千心理”的大力支持，感谢编辑对全书体例和内容等提出了诸多宝贵意见。我和林莉教员也尽己所能，对全书倾注了热情与心血。书中第一章至第六章由我完成，第七章至第十章以及第十二章由解放军艺术学院的林莉教员完成，第十一章由我的同事蔡冰如教员写作了初稿，我和林莉对其进行了补充和修改。在写作中，我们吸收和借鉴了很多专家、同行和学者的研究成果及相关资料，尽可能都列于参考文献中，但难免挂一漏万，在此一并道谢并致歉。对所有关心和帮助过本书出版的人士，借此方寸文字，表达衷心的感谢。付梓之际，诚惶诚恐，期待诸位读者批评指正。因对心理学的真切热爱，唯愿其在军队大家庭中得到更多关注、更多发展，也愿其能帮助更多的人找到幸福、更好地成长。此外，我为全书作了一首概要歌谣，以便读者能够迅速概览全书。不求尽美，但求尽心！

军人心理很重要，方法实务须抓牢。心理健康七标准，知人知己情绪稳。心理过程知情意，三位一体互联系。自我意识和适应，认识自己与环境。气质性格有区别，人际关系要和谐。军人婚恋也浪漫，大国小家驻心间。心战内涵与战术，克敌制胜不动武。军营生活智慧多，身心健康幸福长。

# 《军营中的心理学》

## 内容概要

军人整体素质的提高是关系国家安危的大事，因此如何在严肃紧张的军旅生活中保持广大部队官兵的身心健康，成了备受关注的重要问题。《军营中的心理学:理论与实务》从每位军人都可能遇到的问题和亟待提升的能力入手，用心理学知识改善军人的军旅生活并促进他们的健康成长。

# 《军营中的心理学》

## 作者简介

吴欣，女，南京师范大学发展与教育心理学硕士，国家二级心理咨询师。现为解放军国际关系学院政教室讲师，主讲军人心理学、士兵心理教育与疏导、心理教育训练作战等课程，从事军校大学生心理教育、心理咨询与心理实验室建设等工作，致力于心理学在军队中应用发展的实践与研究。

林莉，女，毕业于南京政治学院，硕士，国家二级心理咨询师。1995年入伍从教，现为解放军艺术学院政教室讲师，担任军人心理学、士兵心理教育与疏导、心理行为训练等课程教学，长期从事大学生心理教育与心理咨询工作。曾获军队院校育才银奖，全军政治理论研究优秀成果奖，发表论文数十篇，参与编译多部国外学术著作。

## 书籍目录

### 第一章 走进心理学

#### 第一节 心理学的研究对象

- 一、心理过程
- 二、个性心理
- 三、注意、意识与潜意识

#### 第二节 心理学的研究价值

- 一、心理学研究的基础意义
- 二、心理学研究的实践价值

#### 第三节 心理学的研究方法

- 一、观察法与相关法
- 二、调查法
- 三、测量法
- 四、实验法
- 五、作品分析法

#### 第四节 心理学的发展历程

- 一、酝酿期：西方早期的哲学心理学
- 二、建立期：科学心理学与构造主义的诞生
- 三、分化期：现代西方心理学的发展
- 四、繁荣期：当代心理学思想的融合

#### 第五节 人类心理的起源与实质

- 一、人类心理的起源
- 二、人类心理的实质

### 第二章 军队心理健康的理论与方法

#### 第一节 心理健康概述

- 一、心理健康对军队的重大意义
- 二、心理健康的内涵
- 三、一般心理健康标准与军人心理健康标准
- 四、影响军人心理健康的因素

#### 第二节 军人的心理诊断、咨询与治疗

- 一、心理诊断、咨询与治疗的概念和意义
- 二、心理诊断与评估的方法和任务
- 三、心理咨询与心理治疗的对象

#### 第三节 开展军队心理健康教育

- 一、军队心理健康教育的现状
- 二、军队心理健康教育的目标
- 三、军队心理健康教育的内容
- 四、军队心理健康教育的实践模式

### 第三章 军人的认知与信念

#### 第一节 感知觉

- 一、什么是感知觉
- 二、感受性及其变化
- 三、知觉的基本特性
- 四、常见的感知现象

#### 第二节 记忆

- 一、记忆的种类
- 二、记忆的过程
- 三、记忆的品质

## 第三节 思维与想象

- 一、思维的基本概念
- 二、思维的一般方法
- 三、思维的品质
- 四、问题解决的思维过程
- 五、想象

## 第四节 信念

- 一、信念的种类
- 二、信念的主要特征

.....

## 第四章 军人的情绪与调控

## 第五章 军人的意志与锻造

## 第六章 军人的自我意识与完善

## 第七章 军人的适应与调节

## 第八章 军人的性格与塑造

## 第九章 军人的人际关系与改善

## 第十章 军人的婚恋心理与调适

## 第十一章 走近心理战

## 第十二章 当前我军心理学理论研究及实践应用

## 参考文献

## 章节摘录

版权页：也只能到周末才能回家休息一天。如果遇到部队调动或执行机动任务，可能几个月也回不了一趟家。此时，养育小孩、操劳家务等重担只能全落在配偶一人身上。有些军人配偶对于军人家庭的这种特点在婚前缺乏足够的思想准备，看到别人家的夫妻成双成对，有事共同干，没事公园转，而自己形单影只，疲于操持，难免失去心理平衡，怨言越来越多，家庭关系越来越不和谐。家庭和事业间的矛盾也成为影响军人思想稳定和事业发展的“内耗力”。一项调查显示，某旅在驻地找对象结婚的17名士官中，2人经常发生矛盾，还有2人的婚姻已到破裂边缘（杨华等，2011）。

（四）观念错位，难觅真爱 现实生活中，有一部分青年军人在当今社会浮躁、拜金、急功近利等不良观念的影响下，走进了婚恋观的误区，这些错误的择偶观念往往使一些青年军官在婚恋道路上坎坷难行。这些错误的婚恋观念包括：

- （1）过分理想化。可以说，在选择婚恋对象上，“高不成低不就”是大多数大龄青年的通病。有的青年军人感觉自身条件优越，有挑拣的资本，因而择偶时在对方条件上百般挑剔，一般的看不上，满意的找不着，始终难觅梦中人。士官群体处于“兵头将尾”的特殊位置，他们中的大多数来自农村却又长期脱离农村生活，在选择婚恋对象时左右徘徊，农村的不愿找，城市的不好找，婚恋道路难免受挫。
- （2）攀比心理。有一些青年军人在择偶、成家时，或盲目跟风，或好胜要强，常与战友、同乡之间拿对象的容貌、钱财、职业或地位的高低相互攀比。比来比去，择偶的年龄耽误了，对象仍无着落，自己成了老大难。比来比去，有的恩爱夫妻吵架增多，甚至闹离婚，破坏了原本幸福和睦的家庭。
- （3）功利目的。按目前我军的规定，“从哪里来、回哪里去”是士兵退役安置的基本原则，但在某些特殊情况下也可以异地安置，比如结婚满两年且配偶在其常住户口地有经济基础的。有的士官从农村入伍，不愿退伍后再回去过农村生活，因此将择偶目标定在能够助其“跳出农门”的城市女青年身上。据调查，这种功利目的明显的择偶观在农村士官群体中不在少数（丁猛，2010）。一些从小城镇或内陆城市入伍的士官中也存在着类似的择偶观，他们希望的是跳出“小城门”，跃进“大城门”。这种急功近利、一厢情愿的择偶观念往往给他们的婚恋之路带来困难并埋下隐患。

# 《军营中的心理学》

## 媒体关注与评论

军营中的官兵肩负特殊的使命、工作在特殊的环境、由特殊群体组成，因此与普通人群确有本质的不同；但他们也有平常人的喜怒哀乐。在紧张而严格的训练与工作之余，他们也会有心情的阴晴变化与困惑。关心官兵的心理生活，提高他们的心理健康水平，不仅是提升军队战斗力的重要保障，也是促进广大官兵不断成长的必需工作。《军营中的心理学》正是为此而作。它以简洁轻松的语言，系统介绍了心理学的基础知识，描绘了军营中心理生活的多个侧面，将复杂抽象的心理学概念和理论消解在轻松愉快的侃侃而谈之中，既适合于作为军事院校的教材使用，更可以作为广大官兵的阅读书目。这无疑是一本难得之作，值得向基层官兵推荐！——第四军医大学心理学教研室主任 苗丹民教授

其实心理学的理论很拗口，其实心理学的实务很飘忽，其实我们对军营中的心理讳莫如深；可是经过吴欣和林莉的解读，理论变得简单明快起来，实务变得容易上手起来，心理学的军味兵味变得浓烈起来。来，来，来，军中入、军中事、军中心，听两位心理学美女娓娓道来。——南京政治学院心理系主任 贺岭嶂教授



# 《军营中的心理学》

## 编辑推荐

《军营中的心理学:理论与实务》是一本集理论性、实用性和趣味性于一体的优秀军校教材和军队参考读物。

# 《军营中的心理学》

## 名人推荐

军营中的官兵肩负特殊的使命、工作在特殊的环境、由特殊群体组成，因此与普通人群确有本质的不同；但他们也有平常人的喜怒哀乐。在紧张而严格的训练与工作之余，他们也会有心情的阴晴变化与困惑。关心官兵的心理生活，提高他们的心理健康水平，不仅是提升军队战斗力的重要保障，也是促进广大官兵不断成长的必需工作。《军营中的心理学》正是为此而作。它以简洁轻松的语言，系统介绍了心理学的基础知识，描绘了军营中心理生活的多个侧面，将复杂抽象的心理学概念和理论消解在轻松愉快的侃侃而谈之中，既适合于作为军事院校的教材使用，更可以作为广大官兵的阅读书目。这无疑是一本难得之作，值得向基层官兵推荐！——第四军医大学心理学教研室主任 苗丹民教授 其实心理学的理论很拗口，其实心理学的实务很飘忽，其实我们对军营中的心理讳莫如深；可是经过吴欣和林莉的解读。理论变得简单明快起来，实务变得容易上手起来，心理学的军味兵味变得浓烈起来。来，来，来，军中入、军中事、军中心，听两位心理学美女娓娓道来。——南京政治学院心理系主任 贺岭峰教授

# 《军营中的心理学》

## 精彩短评

1、虽然不是军队的权威发布的，不多还很好

# 《军营中的心理学》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)