

现代管理者应加强心理学的知识 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/293/2021\\_2022\\_\\_E7\\_8E\\_B0\\_E4\\_BB\\_A3\\_E7\\_AE\\_A1\\_E7\\_c67\\_293275.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/293/2021_2022__E7_8E_B0_E4_BB_A3_E7_AE_A1_E7_c67_293275.htm) 一 什么是“心理学”

心理学是研究人的心理现象及其发生、发展规律的科学。心理学是兼有自然科学性质和社会科学性质的中间科学。心理现象是心理学的研究对象。心理学研究心理现象，就是要揭示心理现象发生、发展的客观规律，用以指导人们的实践活动。心理，是对心理现象、心理活动的简称。心理并不是人所独有的，动物亦有心理。心理学既研究人的心理又研究动物的心理，通过对动物心理的研究以及共性的量化分析，将规律性的研究结果放回到人类社会检验。而那些经过校验的理论就形成心理学的基本理论。

二 古老又年轻的一门科学

说心理学古老，是因为从这远古时代起，人们就开始探讨感觉、思维、记忆、睡梦等一系列的现象。至今已有几千年了。古希腊的哲学家亚里士多德，学过一本《灵魂论》，探讨肉体 and 灵魂的关系，成为最古老的一本“心理学”著作。欧洲文艺复兴之后。心理学思想逐渐摆脱唯心主义而转向科学。

三 心理健康的概念

现代健康概念，早已超出人们的传统认识，它不仅指生理上的健康，还包括心理和社会适应等方面的完好状态。即：身、心两个方面。而心理健康已成为现代健康概念中一个不可缺少的部分。

（一）什么是心理健康

心理健康的概念是随时代的变迁，社会文化因素影响而不断变化的。心理学家对心理健康的概念有以下几种说法：“心理健康是指人们对客观环境具有高效、快乐的适应状况。心理健康的人应保持稳定的情绪、敏锐的智能，适应社会环境的

行为。” “心理健康是指在知、情、意、行方面的健康状态，主要包括发育正常的智力、稳定而快乐的情绪、高尚的情感、坚强的意志，良好的性格及和谐和人际关系等。” “心理健康是指人的一种持续的心理状态，主要在这种情况下能作良好的适应，具有生命的活力，能充分发挥其身心的潜能。” 我们认为，所谓心理健康，是指对于环境及相互关系具有高效而愉快的适应。心理健康的人，能保持平静的情绪、敏锐的智能、适应社会环境的行为和气质。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)