

<<大学生心理健康教育实用教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育实用教程>>

13位ISBN编号：9787030336842

10位ISBN编号：7030336844

出版时间：2012-4

出版时间：科学出版社

作者：李梅，潘永亮 主编

页数：267

字数：400000

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>

<<大学生心理健康教育实用教程>>

内容概要

本书分为“了解心理健康基础知识”、“认识自我，完善自我”和“提高自我心理调适能力”三部分，共十三章。

本书以当代大学生心理健康成长为主线，从大学生的心理健康、异常心理、心理咨询、自我意识、人格发展、职业生涯规划、学习心理、情绪管理、人际交往、恋爱与性心理、压力管理与挫折应对、网络心理、生命教育与心理危机应对等方面进行分析，并提出对策。

本书既可作为高等院校开展大学生心理健康教育的教材，也可供广大心理学工作者、教育工作者、德育工作者、青年工作者等阅读参考，还可供高等院校学生和广大青年朋友作为提高自己心理素质的参考书。

书籍目录

第一部分 了解心理健康基础知识

第一章 把握人生——大学生心理健康导论

第一节 健康的基本概念

一、健康的含义

二、心理健康的含义

三、健康和心理健康的关系

第二节 大学生心理健康的标准与意义

一、大学生的心理健康标准

二、健康心理对大学生成长的意义

第三节 大学生的心理特征及常见心理问题

一、大学生的心理特征

二、大学生常见心理问题

第四节 大学生心理健康的主要影响因素

一、遗传因素

二、心理因素

三、社会文化因素

第二章 透视问题——大学生异常心理

第一节 心理正常和心理异常概述

一、心理正常的判断标准

二、心理异常的判断标准

三、心理异常的原因分析

第二节 大学生常见的心理困扰

一、心理困扰的概念

二、大学生常见的心理困扰

第三节 心理疾病

一、轻度心理疾病

二、精神病性疾病

三、人格障碍

第三章 走出误区——大学生心理咨询

第一节 心理咨询概述

一、心理咨询的含义

二、心理咨询的功能

三、心理咨询与相邻概念的关系

第二节 心理咨询的原则

一、心理咨询的一般原则

二、心理咨询的操作原则

三、心理咨询人员的职业素养与操作规程

第三节 大学生心理咨询的特点、对象和内容

一、大学生心理咨询的特点

二、大学生心理咨询的对象

三、大学生心理咨询的内容与任务

四、关于大学生的团体心理咨询

第四节 大学生心理咨询的程序

一、如何确定问题

二、如何进行晤谈

<<大学生心理健康教育实用教程>>

第二部分 认识自我，完善自我

第四章 探索自我——大学生自我意识

第一节 自我意识的概述

一、自我意识的含义

二、自我意识的构成

三、自我意识的功能

四、自我意识的发生与发展

第二节 大学生自我意识的形成、特点及关键

一、大学生自我意识形成的信息来源

二、大学生自我意识的发展特点

三、大学生自我意识发展的关键——自我同一性的确立

第三节 大学生自我意识的偏差及调适

一、大学生自我意识发展中的问题

二、大学生健康自我意识的培养

第五章 迈向卓越——大学生人格发展

第一节 人格的内涵

一、人格的含义

.....

参考文献

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>