

<<大学生心理健康教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教程>>

13位ISBN编号：9787307097094

10位ISBN编号：7307097095

出版时间：2012-5

出版时间：武汉大学出版社

作者：陈红英，舒刚 主编

页数：315

字数：482000

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>

## <<大学生心理健康教程>>

### 内容概要

陈红英、舒刚主编的《大学生心理健康教程》根据《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》的精神，结合目前我国高校大学生心理健康教育的现状和大学生的身心特点，系统介绍了大学生适应能力培养、自我意识、意志品质、情绪、人际交往、性心理、恋爱心理、网络心理等方面的心理健康教育知识，并对大学生职业生涯规划与职业发展以及大学生常见心理疾病与防治进行了简要介绍。

《大学生心理健康教程》强调大学生是心理健康教育的主体，心理健康教育的效果主要取决于主体性发挥的程度。

本教材内容齐全、结构严谨、重点突出、材料新颖，注重可读性和趣味性，注重心灵的互动与感应，能很好地适应目前大学生心理健康教育发展的新形势。

## <<大学生心理健康教程>>

### 书籍目录

#### 第一章 绪论

##### 第一节 心理学基础

###### 一、心理的实质

###### 二、心理现象

##### 第二节 健康与心理健康

###### 一、现代健康观

###### 二、心理健康

##### 第三节 大学生心理健康的培养

###### 一、大学生常见的心理问题

###### 二、影响大学生心理健康的因素

###### 三、大学生心理健康的维护

##### 课后小资料

##### 思考与训练

#### 第二章 科学认识心理咨询

#### 第三章 大学生适应的心理健康教育

#### 第四章 大学生自我意识的心理健康教育

#### 第五章 大学生人格的心理健康教育

#### 第六章 大学生意志品质的心理健康教育

#### 第七章 大学生情绪的心理健康教育

#### 第八章 大学生学习的心理健康教育

#### 第九章 大学生人际交往的心理健康教育

#### 第十章 大学生性心理健康教育

#### 第十一章 大学生恋爱心理健康教育

#### 第十二章 大学生网络心理健康教育

#### 第十三章 大学生职业生涯规划与职业发展

#### 第十四章 常见心理疾病及其防治

#### 主要参考文献

## &lt;&lt;大学生心理健康教程&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 团体咨询提供了适当的情境，成员在共同活动中彼此进行交往，相互影响，并由此产生了一系列诸如人际关系、暗示、模仿、气氛、感染、社会知觉等社会心理现象，使成员能通过一系列心理互动的过程，探讨自我、尝试改变行为、学习新的行为方式、改善人际关系和解决生活中的问题。团体咨询应用范围广泛，它既可以用以治疗各种心理疾病，也可以用以解决正常人的心理问题，更被广泛适用于健康的正常人。

团体咨询的优越性在于咨询和治疗团体作为一个微型的社会，为那些现实生活中受到挫折、压抑的成员提供了一个宽松的环境。

在这个理解和支持的氛围中，参与者愿意尝试各种选择性的行为，探索自己与其他人相处的方式，学习有效的社会技巧。

而团体成员之间也能讨论他们彼此之间的相互感觉，并获得其他成员在团体中对其感觉的反馈，使之可以通过别人的观点来审视自己。

团体咨询和治疗可以设计不同的主题来满足各种特殊群体的需要，是当代发展最快的心理咨询和治疗形式之一。

5.现场咨询 现场咨询是咨询机构的专职人员深入到基层或咨询者家庭、学生宿舍，为广大咨询者提供多方面服务的一种咨询形式。

在国外，这种咨询形式正引起越来越多的人的关注。

有的国家还把现场咨询和巡回咨询有机结合起来，收到了较好的效果。

在我国，由于缺乏专职心理医生，目前还很少有人到基层进行专门的巡回咨询或现场咨询，当然，这并不等于说从来无人从事过这方面的工作。

例如，北京师范大学心理测试与咨询服务中心的人员，便曾就初中学生的升学指导问题深入到北京市东城区开展现场咨询。

在一个国家的心理咨询服务尚未构成合理的组织体系时，由专职机构的医生适当开展巡回咨询、现场咨询，对于满足基层的现实需要有着重要作用。

在我国目前的情况下，学校开展现场咨询有着很大的倡导价值。

学校心理咨询形式的多样性，为高校心理服务工作者提供了更广阔的选择空间，有利于根据咨询员、当事人的个人情况适当作出安排，也能很大程度上利用学校的心理咨询，心理健康服务资源。

当然也可以根据生活的经验，进行多方面结合，创造出更灵活多样的咨询手段为广大的大学生提供服务。

第三节心理咨询与心理治疗 一、认识心理咨询与心理治疗 心理咨询和心理治疗之间有许多相似之处。

最基本的一点是：两者所采用的理论方法常常是一致的，即在心理咨询和心理治疗的理论上没有明确的界限。

前面已详细叙述了心理咨询的含义，对于心理治疗的概念，国内外心理学专家也有描述。

## <<大学生心理健康教程>>

### 编辑推荐

《高等院校公共课系列规划教材:大学生心理健康教程》内容齐全、结构严谨、重点突出、材料新颖,注重可读性和趣味性,注重心灵的互动与感应,能很好地适应目前大学生心理健康教育发展的新形势。

<<大学生心理健康教程>>

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>