

<<大学生心理健康教育-56>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育-56>>

13位ISBN编号：9787513102247

10位ISBN编号：7513102244

出版时间：2012-10

出版时间：开明出版社

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-56>>

### 内容概要

《大学生心理健康教育》共九章内容。

第一章绪论，让读者对心理健康和大学生心理健康有系统的了解。

第二章大学生心理健康教育的组织与管理，从组织机制、心理辅导室建设、心理档案建设、心理教师管理和绩效评估等方面进行了阐述。

第三章大学生人格及其发展辅导，阐述了人格的含义和常见的人格障碍，以及大学生如何塑造健全的人格。

第四章到第六章，分别对大学生的人际适应、学习适应、生活适应几个方面进行了阐述，包括大学生适应现状概述以及针对性的辅导和教育等。

第七章大学生情绪及情绪管理的辅导，对大学生情绪特点进行了阐述，也重点介绍了情绪管理的教育辅导。

第八章大学生恋爱与性心理辅导，分别对大学生恋爱心理和现状，以及大学生性生理、性心理的特点和教育辅导进行了具体阐述。

第九章大学生生涯规划的辅导与教育，阐述了大学生生涯规划的含义、原则、任务，以及大学生职业生涯规划的具体实务。

## 书籍目录

第一章绪论 第一节心理健康 第二节大学生心理健康概述 第三节大学生心理健康教育的开展 第二章大学生心理健康教育的组织与管理 第一节大学生心理健康教育的组织机制 第二节大学生心理健康教育的场地建设 第三节大学生心理健康教育的档案管理 第四节大学生心理健康教育工作的评估管理 第三章大学生人格及其发展辅导 第一节人格的定义及结构 第二节常见人格障碍 第三节大学生健全人格的塑造 第四章大学生人际适应及其发展辅导 第一节人际关系概述 第二节大学生人际关系及常见人际交往问题 第三节大学生和谐人际关系的建立 第五章大学生学习适应及其发展辅导 第一节大学生学习适应问题面面观 第二节大学生学习特点与相关学习理论 第三节大学生学习适应辅导 第六章大学生生活适应及其发展辅导 第一节大学生不同阶段生活适应表现 第二节大学生生活适应常见问题和相关理论 第三节大学生生活适应的辅导 第七章大学生情绪及情绪管理的辅导 第一节情绪的概述 第二节情绪认知及情绪表达 第三节大学生情绪的自我管理 第四节阴阳辩证辅导的理论与方法 第八章大学生恋爱与性心理辅导 第一节大学生恋爱心理的教育与辅导 第二节大学生性生理、性心理的教育与辅导 第九章大学生生涯规划的辅导与教育 第一节生涯规划概述 第二节大学生职业生涯规划 第三节大学生职业生涯评估 第四节大学生职业生涯规划实务 附录 教育部卫生部共青团中央关于进一步加强和改进大学生心理健康教育的意见 教育部办公厅关于印发《普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要（试行）》的通知 普通高等学校学生心理健康教育工作基本建设标准（试行） 普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求 大学生心理健康量表

章节摘录

版权页：插图：1.同性交往 同性同学的交往，是大学生性别认同需要的体现。

在交往中，个体可以获得适应自身发展的诸多信息，涉及特定的知识和技能；在交流和沟通过程中，个体认识和评价自身，使心身不断发展和变化。

不过也可能出现的是，大学生在这类交往中体验到自身的劣势，从而不再愿意主动交往。

这是其人际安全得不到保障的结果。

比如，有的大学生乐于与异性交往，却难以与同性沟通，根本原因就是同性面前体验不到自身的价值，在异性面前却可以尽情发挥。

2.异性交往 可以说，大学生都有与异性交往的强烈愿望和真实需要，能够轻松自然地同异性交往是一个大学生人际关系能力的重要体现，也是个体心理健康的重要方面。

大学生经常苦恼的交往问题多是与异性之间的交往障碍。

在人际交往中存在性别效应，尤其突出的是个体格外看重自己在异性心目中的形象，所以，自己的缺点或弱项可以在同性面前暴露，却不能在异性面前暴露，甚至不惜为了保全面子而避免或减少与异性的接触和交流。

学生在异性交往中还会有意或者无意地联想到彼此之间可否发展成恋人关系，从而更加增添了心理负担，使正常的异性交往变得各怀心事，别别扭扭。

（四）父母关系 父母关系是孩子最先接触到的人际关系，并且贯穿每个人的一生。

父母是孩子交往学习的第一任老师，在与父母的交往中，孩子同时学会了如何同异性交往。

家庭成员之间人际互动的心理态度和行为方式对子女产生潜移默化的影响，决定他们对人际关系问题最基本的价值取向，直接影响其与他人交往中的行为反应模式。

根据调查研究，孩子与父母的关系可以划分为三个阶段：1.绝对依赖阶段。

在这个阶段，父母是孩子心中的绝对榜样，是孩子崇拜的主要对象，孩子会按父母的要求去做每一件事情。

2.相对独立阶段。

孩子对父母的感情由过去的一味依赖顺从，开始变为要求自立平等，要求重新协调与父母的关系。

在情感上与父母不如以前亲密了，开始挑剔父母，顶撞父母，力图摆脱对父母的依赖。

<<大学生心理健康教育-56>>

编辑推荐

《大学生心理健康教育》由开明出版社出版。

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>