第一图书网, tushu007.com

<<大学生心理障碍自我超越>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理障碍自我超越>>

13位ISBN编号：9787532087198

10位ISBN编号：7532087190

出版时间：2003-2

出版时间：上海世纪出版集团（上海教育出版社）

作者：杨心德

页数：244

字数：191000

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

内容概要

大学生是我国知识水平和智力水平都比较高的一个群体，他们的求知欲望强，接受新思想新事物快，善于学习和创新，心理发展趋于成熟，认知能力强，情感隐定且深刻，意志坚强，人格成型，是祖国未来希望之所在。
可是，由于现代社会变迁剧烈，大学生遭遇的矛盾空前复杂，人与人之间的摩擦不断加剧，心灵的碰撞日趋频繁，内心的压力经常容易超过负荷，他们的心理承受力却并没有因为进入大学而增强。
相反，不少学生反而显得相当的脆弱，经受不住压力的冲击，心理障碍大有越演越烈之势。
　本书稿首先介绍了与心理健康有关的一般性知识，然后分别从认知和障碍、情绪障碍、行为适应障碍、自我意识障碍。
人格障碍、人际关系障碍、恋爱心理障碍以及性心理障碍等八个方面阐述和分析了大学生常见的各种心理问题。
其中在每部分又以个案——分析——超越的形式具体作了分析。
语言深入浅出，对大学生维护自身的心理健康很有价值。
它不仅可以用来作为大学生心理健康教育方面的公选课教材，而且可以供大学生自我阅读，以及对大学生心理健康给予关注的其他人员使用。

<<大学生心理障碍自我超越>>

书籍目录

第一章　绪论　一　心理的性质　二　大学生心理发展　三　大学生心理障碍　四　大学生心理障碍的原因　五　心理障碍自我超越的基本策略第二章　认知障碍自我超越　一　耳闻目睹的虚幻情境　——幻觉　二　前事易忘，后事难记　——健忘　三　思路阻塞，逻辑混乱　——思维过程障碍　四　疑心重重，无中生有　——妄想　五　左顾右盼，走神分心　——注意障碍　六　相似的知识为何易混淆　——认知结构障碍第三章　情绪障碍自我超越　一　坐立不安，杞人忧天　——过度焦虑　二　漠不关心，与世无争　——冷漠　三　脾气暴躁，怒发冲冠　——烦恼　五　与实际情况不相符的恐惧　——无端恐惧　六　情绪低落，悲允厌世　——过度抑郁第四章　行为适应障碍自我超越　一　无心读书，成绩低下　——学习困难　二　浮想联翩，无法入睡　——失眠　三　高度依赖，无法自制　——成瘾行为　四　失恋后剪断学校广播线　——冲动行为　五　害怕上课，装病逃避　——逃学　六　递条偷看，夹带抄袭　——考试作弊　七　消极悲观，与世永别　——自杀第五章　自我意识障碍自我超越……第六章　人格障碍自我超越第七章　人际关系障碍自我超越第八章　恋爱心理障碍自我超越第九章　性心理障碍自我超越参考文献后记

媒体关注与评论

书评本书采用提供一个心理障碍的个案，运用心理学原理分析其性质、类型、形成过程和影响因素，在此基础上阐述超越心理障碍的策略，使得抽象的心理学原理更易为学生们所理解和接受。
全书的所有个案都来源于编者的心理咨询实践。
通过阅读该书，对大学生自我超越心理障碍会大有裨益。

编辑推荐

本书采用提供一个心理障碍的个案，运用心理学原理分析其性质、类型、形成过程和影响因素，在此基础上阐述超越心理障碍的策略，使得抽象的心理学原理更易为学生们所理解和接受。
全书的所有个案都来源于编者的心理咨询实践。
通过阅读该书，对大学生自我超越心理障碍会大有裨益。

第一图书网, tushu007.com

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