

图书基本信息

书名：<<凤凰职教·高等职业教育文化基础课程十二五规划教材>>

13位ISBN编号：9787549917860

10位ISBN编号：7549917868

出版时间：2012-7

出版时间：邱美玲、柯晓扬 凤凰出版传媒集团,凤凰出版传媒股份有限公司,江苏教育出版社 (2012-07 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>

书籍目录

模块一心理健康基础知识 学习单元一 成长，从关爱心灵开始——大学生心理健康教育导论 学习单元二 学会排解，别让阴霾在生活码头停泊——大学生心理咨询与治疗 模块二 了解自我，发展自我 学习单元三 我的自画像——大学生的自我意识与培养 学习单元四 播种性格，收获人生——大学生人格的发展与完善 模块三 提高自我心理调适能力 学习单元五 主宰自我，经营职业人生——大学生职业生涯规划与择业心理 学习单元六 学习，成就你我——大学生学习心理与创造性思维培养 学习单元七 我的情绪我做主——大学生情绪管理 学习单元八 学会共处，学会做人——大学生人际交往 学习单元九 梦里花落知多少——大学生恋爱与性心理 学习单元十 别让互联网陷阱靠近你——大学生网络心理 学习单元十一 不经历风雨，怎能见彩虹——大学生压力管理与挫折应对 学习单元十二 珍爱生命，与心理健康一路同行——大学生生命教育与心理危机应对 参考文献

章节摘录

版权页：插图：大学生心理咨询的对象、形式和过程（一）心理咨询的概念 由于心理咨询涵盖内容广泛，一直以来没有一个明确统一的概念。

郭念锋主编的《心理咨询师》在参考评析了中外学者的意见后，认为“心理咨询是心理咨询师协助求助者解决心理问题的过程。

”这个论述言简意赅，正如作者强调的，不在该定义中对一些具体细节做解释和说明。

但我们认为，为了进一步突出心理咨询的特征，可以参考“心理咨询是专业人员运用心理学原理和技术帮助来访者自助的过程”这一定义。

它体现了心理咨询工作的三个主要特征。

（1）心理咨询具有心理学的专业性基础。

否定了心理咨询就是双方聊天的错误认识，强调从业者的专业性和职业性。

（2）心理咨询是助人的过程。

这对心理咨询师提出了专业知识以外的职业道德要求。

（3）心理咨询的终极目标是实现来访者自助。

体现了来访者的中心地位，既帮助解决来访者当前困惑的问题，也要考虑引导来访者建立并适应人生成长问题的解决模式和能力。

总的来说，心理咨询就是“帮助正常人群在生活中化解各类心理问题，克服种种心理障碍，矫治不良行为，理顺人格结构，纠正不合理的认知模式和非逻辑思维，学会调整人际关系，深化自我认知，端正处事态度，构建健康的生活方式，强化适应能力，等等。

心理咨询完成上述任务，皆为达到一个目的，即提高个人心理素质，使人健康、愉快、有意义地生活下去。

”（二）大学生心理咨询的对象 心理咨询的对象主要是正常人，正在康复或已康复的病人的辅助措施。

处理“正常人所遇到的各种问题，主要问题有日常生活中的人际关系的问题，职业选择方面的问题，教育过程中的问题，婚姻家庭中的问题等。

”大学生心理咨询所面对的主要对象就是那些在日常学习生活中遇到挫折和不适所引起的心理困难的学生。

当然这也不是绝对的，比如神经症或精神性疾病初期和康复期也可进行相应的心理咨询。

（三）大学生心理咨询的形式 1.按心理咨询的形式分（1）门诊咨询。

也叫面谈心理咨询，是心理咨询中最常见的和最主要的形式。

门诊心理咨询有比较明显的优势，咨询师和来访者面对面的交谈，可以保证来访者进行充分的倾诉和释放，咨询师可以更全面准确的理解和判断，有针对性地引导来访者一起查找问题，分析问题，解决问题。

灵活多变的运用心理咨询技术和技巧，把握咨询过程中出现的危机和转机，促成咨询目标的达成。

目前也是国内大学生心理咨询的主要形式。

编辑推荐

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>