第一图书网, tushu007.com

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787561454053

10位ISBN编号：7561454058

出版时间：2011-8

出版时间：四川大学出版社

作者：罗红

页数：182

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

这本书主要谈论和探讨大学生心理健康问题，重点是引导大学生如何走出心理“纠结”。作者不仅从不同心理治疗理论剖析了大学生常见心理问题形成的原因，还从神经科学、中医学、哲学、社会学、宗教信仰等更广阔的理论与知识层面探讨了大学生心理问题的成因与解决思路。

作者简介

罗红，成都信息工程学院心理学副教授，心理健康教育中心主任。
出生于教育世家，长期从事教育工作。
曾从事过小学、中学教育以及教师进修学校的师资培训工作。
现从事大学生心理健康教育工作。
作者勤于思索，积极探讨心理和教育领域中一些交叉点上的问题，曾有《经典条件反射与操作条件反射理论的差异及运用》《学校要处理好德育与心理健康教育两者的关系》等20多篇论文在省级和国家级刊物上发表。
作者是我国首批二级心理咨询师，中国整体心理咨询核心小组成员。
从事心理咨询工作近10年，心理咨询超过4000人次，积累了丰富的网络和面谈心理咨询经验。
尤其擅长学生心理咨询，有良好的口碑。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一部　几多纠结在心头
心有千千结——当代大学生内心纠结面面观
　情感的纠结
　成长的纠结
　找不到方向的纠结
　学习压力的纠结
　“哲人”的纠结
　青春的悸动
深度纠结
　奇怪的心理疾病
第二部　解读心理纠结（深度纠结）的成因
　什么是心理？

感知觉
观念
思考
情绪
想像
兴趣
信仰
　心理世界——一个“真实”的世界
　对世界的主观看法
　心灵的意象
　为何会形成心理疾病
“建构”说
“非理性观念”说——ABC理论
“消极意象”说
钟友斌的“幼稚恐惧”说
　……
第三部　自助——走出心理纠结的梦魇
第四部　求助——开放你的心灵
第五部　助人——提高人际沟通能力
第六部　心语如歌——互助的足迹
后记

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