

<<当代大学生心理素质导论>>

图书基本信息

书名：<<当代大学生心理素质导论>>

13位ISBN编号：9787564038328

10位ISBN编号：7564038322

出版时间：2010-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：欧阳世奴 编

页数：270

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>

<<当代大学生心理素质导论>>

内容概要

本书力图改变以大学生心理问题为导向的传统教学思维，按照科学发展观的要求，以当代大学生的心理特征、心理需求为导向，建立本教材的内容体系；尝试对攸关大学生身心发展的部分内容进行调整，导入新的理论思路。

全书以人为本，用现代需求观取代传统的问题观，走进学生心灵，关注学生需求，将大学生的心理健康融入心理素质教育之中，鼓励当代大学生在心理素质的培养中、在个人潜能的发掘中实现自我成长。

为努力贴近大学生的现实生活，本书尝试将经典、实用的大学生心理咨询案例引入教材，以期有效地培养大学生的心理自助能力，构建大学生的科学求助理念，强化大学生的现代心理保健意识，提高大学生识别与解决心理问题的能力。

该书思维严谨、观点新颖、文风清新、深入浅出，既便于大学生阅读理解，又适合广大青年自学；同时对心理学、教育工作者及有关研究人员亦有参考价值。

<<当代大学生心理素质导论>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 素质教育发展简介 第二节 社会发展与大学生心理素质教育 第三节 心理素质与心理学 第四节 心理素质的含义及其特征 第五节 心理素质与成功人生 第六节 大学生心理素质导论内容体系与学习意义 本章练习

第二章 大学生的自我意识 第一节 自我意识概述 第二节 现实自我的认知 第三节 理想自我的构建 第四节 本能自我的识别 第五节 大学生自我意识障碍的常见形态 第六节 大学生自我意识的优化途径 本章练习 本章附录

第三章 大学生人格发展与心理需求 第一节 人格概述 第二节 人格的动力属性——气质 第三节 人格的社会属性——性格 第四节 大学生的主要心理需求与心理矛盾 第五节 大学生人格的健全与发展 本章练习 本章附录

第四章 大学生的学习与创新 第一节 学习概述 第二节 大学生的学习动机与学习心态 第三节 大学生的学习策略 第四节 大学生创新能力的培养与发展 第五节 大学生常见的学习心理问题及调适 本章练习 本章附录

第五章 大学生的交际能力 第一节 人际交往概述 第二节 人际交往的基本功能 第三节 人际交往的人本心态 第四节 人际交往的动机定位——黄金规则 第五节 人际交往的有效路径——白金法则 第六节 人际交往的安全机制——水晶定律 第七节 人际交往的互动技巧 第八节 人际交往的常见问题 本章练习 本章附录

第六章 大学生爱的艺术 第一节 亲情、友情与爱情的区分 第二节 大学生恋爱的特点 第三节 大学生恋爱的动机 第四节 大学生爱的艺术 第五节 大学生常见的恋爱心理困惑 本章练习 本章附录

第七章 大学生的职业心态与生涯规划 第一节 大学生职业心态的构建 第二节 大学生职业生涯规划 第三节 大学生择业原则和求职技巧 本章练习 本章附录

第八章 大学生的压力与情绪管理 第一节 心理压力的管理 第二节 大学生的情绪管理 本章练习 本章附录

第九章 大学生的心理保健 第一节 大学生的适应与防御 第二节 大学生一般心理问题的识别 第三节 大学生的心理自助 第四节 大学生心理问题的科学求助 第五节 心理咨询的主要理论与方法简介 本章练习 本章附录参考文献

章节摘录

插图：在20世纪80年代末，我国教育系统存在一个普遍而十分突出的现象，那就是中、小学教育以应试为核心——学校唯分是举，学生唯分是荣，高等教育脱离社会需求，过分专业化。由此造成的问题是，学生的个性成长与综合素质被忽视，学生心理不健全，高分低能，难以适应社会发展。

针对这种教育与社会发展相悖的现象，我国教育界学者提出了的一个本土化概念——素质教育。作为一种教育思想或价值观念，其初衷在于纠偏：抑制中、小学教育片面追求升学率，调整大学教育专业化与社会需求之间的矛盾。

经过多年的研究和讨论，教育理论界对素质教育、素质的内涵和特征等问题达成了一些共识，即：素质教育是一个开放、发展的体系，没有也不应有固定不变的模式。

素质教育的本质特征是促进学生德、智、体、美、劳全面发展的教育，是面向全体学生、促进学生有效成长的教育。

素质的内涵应具有时代的特征，不同的时代要求有不同的素质。

一、素质教育的定义通过遗传与环境的积极影响，充分调动学生学习、认识与实践的主观能动性，促进学生生理与心理、智力与非智力、观念与行为等因素全面而和谐地发展。

素质教育通过促进人类文化向学生个体心理品质的内化，实现学生进一步发展的良性循环。

关于素质这一概念，教育学与心理学的解释虽不尽相同，但综合而普遍的解释是：素质是一个发展的概念，其内涵和外延在不断扩大。

素质既包括遗传特征，又包括习得的素养。

所谓素质，指的是人在先天生理基础上，受后天环境、教育的影响，通过个体自身的认识和社会实践，养成的比较稳定的身心综合品质。

因此，素质包括生理素质与心理素质。

<<当代大学生心理素质导论>>

编辑推荐

《当代大学生心理素质导论》：国家普通高等职业教育“十二五”创新型规划教材

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>