

图书基本信息

书名：<<普通高等教育“十二五”规划教材>>

13位ISBN编号：9787512319059

10位ISBN编号：7512319053

出版时间：2011-6

出版时间：中国电力出版社

作者：丛媛 编

页数：143

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

丛媛主编的《大学生心理健康》是普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）。

《大学生心理健康》共分七章，内容包括大学生入校后的心理适应与心理健康教育、大学生人际关系指导、大学生恋爱心理与性心理健康、大学生实习心理健康教育与合作能力的培养、大学生择业心理辅导及职业生涯辅导、大学生异常心理与健康心理的区别与维护。

《大学生心理健康》可供高职高专院校学生使用。

书籍目录

前言

第一章 概述

第一节 大学生心理健康概述

第二节 大学生心理健康的维护

第二章 大学生入校后的心理适应与心理健康教育

第一节 新生入校后的常见问题

第二节 大学新生的心理调适

第三节 加强理想和道德教育

第三章 大学生人际关系指导

第一节 大学生人际交往与心理健康的关系

第二节 培养大学生良好的人际交往能力

第四章 大学生恋爱心理与性心理健康

第一节 大学生性心理问题的产生机制

第二节 大学生常见性心理问题及其调适

第三节 大学生性心理问题的教育与调适

第四节 大学生恋爱心理指导

第五章 大学生实习心理健康教育与合作能力的培养

第一节 概述

第二节 大学生实习前的心理特点及应对

第三节 大学生实习阶段常见心理问题与调适

第四节 大学生合作意识及合作能力的培养

第六章 大学生择业心理辅导及职业生涯规划辅导

第一节 生涯与大学生人生发展

第二节 大学生的职业生涯规划指导教育

第三节 大学生择业的心理问题

第四节 大学生择业的心理调适

第五节 择业方法及技巧

第七章 大学生异常心理与健康心理的区别与维护

第一节 异常心理与健康心理概述

第二节 大学生不健康心理形成的原因

第三节 大学生不健康心理的应对和维护

参考文献

章节摘录

版权页：插图：1.进行心理健康教育是提高学生综合素质的有效方式综合素质中，心理素质是很重要的部分。

心理素质是个体在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其他素质形成和发展的基础。

学生求知和成长，实质上是一种持续不断的心理活动和心理发展过程。

教育提供给学生的文化知识，只有通过个体的选择、内化，才能渗透于个体的人格特质中，使其从幼稚走向成熟。

这个过程，也是个体的心理素质水平不断提高的过程。

学生综合素质的提高，在很大程度上受到心理素质的影响。

学生各种素质的形成，要以心理素质为中介；其创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。

在复杂多变的社会环境中，保持良好的心理适应状况是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。正是从这个意义上说，大学生综合素质的强弱主要取决于他们心理素质的高低，取决于学校心理健康教育的成功与否。

2.进行心理健康教育是驱动学生人格发展的基本动力心理健康教育与受教育者的人格发展密切相关，并直接影响个体人格的发展水平。

一方面，学生以在心理健康教育过程中接受的道德规范、行为方式、环境信息、社会期望等来逐渐完善自身的人格结构；另一方面，客观存在的价值观念作为心理生活中对自身的一种衡量、评价和调控，也影响着主体人格的发展，并且在一定条件下还可转化为人格特质，从而使人格发展上升到一个新的高度。

同时，心理健康教育不是消极地附属于这种转化，而是在转化过程中能动地引导受教育者调整方向，使个体把握自我，对自身的行为进行认识评价，从而达到心理优化、健全人格的目的。

编辑推荐

《普通高等教育“十二五”规划教材(高职高专教育):大学生心理健康》：许多高校已经将心理健康教育纳入素质教育的课程体系。

丛媛主编的《普通高等教育“十二五”规划教材(高职高专教育):大学生心理健康》总结了我們自己的工作經驗，从新生对大学环境的适应到毕业生进入社会前的心理准备，从恋爱心理与性健康到人际交往艺术、人格的发展与完善，强调切实加强大学生心理健康教育工作，努力培养学生健全的人格和健康的心态。

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>