

<<公安大学生心理健康教育与训练>>

图书基本信息

书名：<<公安大学生心理健康教育与训练>>

13位ISBN编号：9787534136597

10位ISBN编号：7534136598

出版时间：2009-8

出版时间：倪晓峰 浙江科学技术出版社 (2009-08出版)

作者：倪晓峰 编

页数：246

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>

## <<公安大学生心理健康教育与训练>>

### 前言

以浙江警察学院为主，联合部分公安高等院校共同编著的《公安大学生心理健康教育与训练》教材顺利出版，这是一件值得庆贺的事。

因为该教材的出版，填补了公安高等院校大学生心理健康教育教材的空白。

同时，也是公安大学生心理健康教育工作向前迈进的可喜一步。

我国大学生心理健康教育工作从无到有、从缺乏重视到成为关注的焦点，历经20余年。

今天，大学生心理健康教育工作已经成为我国高等院校培养合格大学生的有机组成部分，“大学生心理健康教育”的相关课程也已成为各高等院校的必修课程。

20多年来，党和国家一直高度重视大学生的心理健康教育工作，早在1994年8月，《中共中央关于进一步改进学校德育教育工作的若干意见》就强调要“通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力”。

2001年3月，教育部印发了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》，对大学生心理健康教育工作的主要任务和内容、工作原则、途径和方法以及队伍建设等方面做出了明确的规定。

2002年4月，教育部在其印发的《普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要（试行）》中，就如何进一步加强大学生心理健康教育工作又做了全面的部署，并提出了具体的实施意见。

2004年，中共中央、国务院在《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》中又突出强调：要重视心理健康教育，根据大学生的身心发展特点和教育规律，注重培养大学生良好的心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格，增强大学生克服困难、经受考验、承受挫折的能力。

要制订大学生心理健康教育计划，确定相应的教育内容、教育方法。

要建立健全心理健康教育和咨询的专门机构，配备足够数量的专（兼）职心理健康教育教师，积极开展大学生心理健康教育和心理咨询辅导，引导大学生健康成长。

党和国家对大学生心理健康教育的高度重视和指示精神已经成为全国各高等院校做好大学生心理健康教育工作的强大动力和行动指南。

公安大学生的心理健康教育工作一直受到公安部和各公安高等院校的高度重视。

近年来，公安部在下发的有关文件中，多次强调要重视公安大学生的心理健康教育，并就相关工作进行了专门部署，同时部领导也多次在有关会议上强调—E,N健康教育工作的的重要性。

全国各地公安高等院校认真贯彻党和国家的教育方针、政策，积极开展公安大学生的心理健康教育工作，相继开设了公安大学生心理健康教育方面的课程。

## <<公安大学生心理健康教育与训练>>

### 内容概要

公安大学生的心理健康教育工作一直受到公安部和各公安高等院校的高度重视。近年来，公安部在下发的有关文件中，多次强调要重视公安大学生的心理健康教育，并就相关工作进行了专门部署，同时部领导也多次在有关会议上强调 - E, N 健康教育工作的重要性。全国各地公安高等院校认真贯彻党和国家的教育方针、政策，积极开展公安大学生的心理健康教育工作，相继开设了公安大学生心理健康教育方面的课程。

## <<公安大学生心理健康教育与训练>>

### 书籍目录

第一章 导论第一节 公安大学生与心理健康第二节 公安大学生心理健康标准第三节 加强公安大学生心理健康教育与训练第四节 大学生心理健康综合测量思考题第二章 公安大学生的自我意识完善第一节 自我意识的概述第二节 公安大学生自我意识存在的缺陷第三节 公安大学生自我意识完善的有效途径第四节 自卑倾向自测思考题第三章 公安大学生健全人格的塑造第一节 人格概述第二节 公安大学生的健全人格第三节 公安大学生健全人格的塑造第四节 气质类型测试第五节 内、外向性格测试思考题第四章 公安大学生的健康情绪第一节 情绪概述第二节 公安大学生的情绪调适第三节 公安大学生的情商第四节 情绪稳定性自我测验量表第五节 情商测试量表思考题第五章 公安大学生的适应与心理健康第一节 适应心理概述第二节 心理适应的内部机制第三节 公安大学生的角色变化与社会适应能力培养第四节 适应能力测验思考题第六章 公安大学生的压力与心理健康第一节 压力概述第二节 公安大学生的压力特点与分析第三节 公安大学生的压力管理第四节 压力诊断量表思考题第七章 公安大学生的学习与心理健康第一节 学习与心理健康概述第二节 公安大学生的学习心理分析第三节 公安大学生常见的学习心理障碍及其调适第四节 考试焦虑综合诊断量表思考题第八章 公安大学生的人际交往与心理健康第一节 人际交往理论概述第二节 公安大学生人际交往中存在的心理误区第三节 公安大学生人际交往能力的培养第四节 大学生人际关系和谐性测量思考题第九章 公安大学生的恋爱与心理健康第一节 性心理与公安大学生的性健康教育第二节 公安大学生的恋爱心理第三节 公安大学生恋爱心理困惑及调适思考题第十章 公安大学生网络心理健康与行为第一节 网络与大学生第二节 网络对公安大学生心理行为的负面影响第三节 公安大学生健康的网络心理行为的培养第四节 大学生网络使用判断鉴别第五节 网络成瘾的相关标准思考题第十一章 公安大学生的职业规划与心理调适第一节 公安大学生的职业生涯规划第二节 公安大学生择业的心理问题与调适第三节 确立人生的目标思考题第十二章 公安大学生心理咨询第一节 心理咨询概述第二节 公安大学生心理咨询对象、任务与分类第三节 公安大学生心理咨询的程序、诊断技能与咨询形式第四节 公安大学生几类常见心理问题的咨询思考题第十三章 公安大学生心理治疗与心理危机干预第一节 公安大学生的心理治疗第二节 公安大学生的心理危机干预思考题第十四章 公安大学生的心理行为训练第一节 心理行为训练概述第二节 公安大学生心理行为训练的操作与实践思考题参考文献后记

## <<公安大学生心理健康教育与训练>>

### 章节摘录

插图：公安大学生的学习、训练压力，一部分来自于课程重、标准高、要求严，另一部分来自于学习方法、学习训练的兴趣、内心的矛盾冲突和自我额外加压。

公安院校招生分配体制改革后，公安大学生毕业后还要参加政府人事部门组织的统一的公务员考试，这使不少公安大学生感到学习的压力更大了。

当前公安院校中，大学生满足于“60分”的现象已逐渐销声匿迹，学习成绩已成为影响公安大学生情绪波动的重要因素。

根据我们对浙江、福建、辽宁、山西等地的公安院校的学生进行的调查，有30%的公安大学生感到学习压力很大。

感到学习和择业压力大、对人生缺乏目标、不敢面对挫折等，成为大学生们普遍存在的心理问题。

许多公安大学生感到自己所面对的学习、择业压力过大，这让他们有些不堪重负。

一些公安大学生反映，随着就业形势越来越严峻，他们希望在学校里能储备更多的知识，给将来的就业增加砝码。

因此，在学有余力的同时，他们频频给自己充电、积累能量，以至于一些学生在超负荷的学习运转下有些吃不消，当自己没法及时排解、释放这些无名的压力时，就由此造成了一定的心理问题。

有一半左右的学生都是因学习、训练、择业的压力过大，自己又无法调整这种压力，于是时常感到忧郁，最终只能选择去学校心理咨询中心寻求帮助。

公安大学生的学习压力也有一部分来自于所学专业非所爱。

有些学生由于报考公安警察院校并非是他们自主选择，而是在父母的强迫或亲友的建议下才做的选择，这使他们较长时间处于冲突与痛苦之中。

公安大学生对各类训练也会感到压力很大。

平时的队列训练、体能训练、警务技能训练以及综合演练等，训练科目多、量大、强度大，考核上也很严格，这些都会给学生们带来很大的压力，尤其是身体素质条件相对差一些的同学，更是感到紧张、焦虑。

面对学习、训练和择业压力，男生和女生的感受不同，新生和老生的感受也不同。

比较而言，女生普遍感到压力大，这与她们对学习成绩的期望值较高有很大的关系；新生也感到压力大，主要是与他们对公安警察院校的学习、训练不太了解、不太适应有很大的关系；老生普遍对公安警察院校的实习活动和毕业后的公务员考试感到压力大。

## <<公安大学生心理健康教育与训练>>

### 后记

编著一本适合公安大学生使用的心理健康教育与训练方面的教材是我们多年以来的愿望。近20年来,我国高等院校的大学生心理健康教育工作从无到有、从尚未引起重视到成为关注的重点,走过了一段开拓、积累和发展的历程。

目前,大学生心理健康教育已成为各高等院校必须开设的课程。

公安院校和全国其他高等院校一样,对在校大学生的心理健康教育非常重视,并且根据公安大学生的实际情况和公安工作的实际要求开展有针对性的心理健康教育与训练,收到了较好的效果。

然而,好的教学方法、教学手段和教学过程始终不能脱离好的教材,我们深感需要有一本适合公安大学生学习之用、符合公安大学生特点的公安大学生心理健康教育与训练的教材。

为此,我们组织了浙江警察学院和浙江警官职业学院的专业教师,凭借集体的智慧,编著了这本教材。

本教材力图从公安大学生的实际情况出发,紧密结合公安工作对公安民警的职业要求和公安工作的实际要求,做到观点鲜明、应用性强,针对性突出,使公安大学生能够从中受到启迪和收获。

参加本教材编写工作的都是具有长期从事公安大学生心理健康教育与训练教学、辅导工作的教师和长期从事公安大学生德育和管理工作的教师。

全书撰写分工为:第一章、第三章由倪晓峰编写;第二章、第九章第一节由李振阳编写;第四章和第十四章由高华编写;第五章、第十章、第十一章由叶峰编写;第六章由刘鹏编写;第七章由李微波编写;第八章由徐向群编写;第九章第二、第三节由吴育哲编写;第十二章由谢玉明编写;第十三章由杨持光编写。

此外,各章还附有与该章内容关系紧密的心理测量量表,这些心理量表由倪晓峰、杨持光和高华摘编。

最后,我们还要深深感谢为本教材顺利出版的浙江警察学院领导、同仁和出版社的同志,并对我们参阅的相关资料的作者深表感谢!

同时,还要特别感谢浙江警察学院党委书记王和同志为本书作了序。

<<公安大学生心理健康教育与训练>>

编辑推荐

《公安大学生心理健康教育与训练》：世纪高等教育精品大系·公安系列

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>