

<<心理发展教育>>

图书基本信息

书名：<<心理发展教育>>

13位ISBN编号：9787565103261

10位ISBN编号：7565103268

出版时间：2011-4

出版时间：王道荣 南京师范大学出版社 (2011-04出版)

作者：王道荣 编

页数：278

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>

## <<心理发展教育>>

### 内容概要

大学生素质的提高，心理发展是其重要内容之一。  
大学生心理的发展，包括心理健康的维护与调适，良好个性形成与人格的完善，职业心理的准备与设计等。积极与健康心理的发展，对于全面提高大学生的素质，为他们的终身发展奠定基础，无疑具有战略意义。  
基于此，我们组织编写了这本《心理发展教育》，希冀以科学发展观为指导，能够对大学生的心理健康和心理成长进行一些有益的指导，促进大学生良好的心理品质和优良品格，更好地适应未来的发展。

## &lt;&lt;心理发展教育&gt;&gt;

## 书籍目录

前言上篇 心理发展：从认识自我开始第一章 心理发展教育：时代对大学生的人文关怀第一节 现代社会与大学生的心理特点第二节 高职院校大学生的心理特点第三节 高职院校大学生心理发展教育第二章 科学认知：走向成熟的开始第一节 客观认识自我第二节 积极了解社会第三节 认真设计生活第三章 情绪管理：做自己的主人第一节 情绪与情感概述第二节 常见的情绪、情感问题及调适第三节 良好情绪与情感的培养第四章 锻炼意志：走向成功的保障第一节 意志品质的特点第二节 大学生常见的意志问题与调适第三节 大学生良好意志品质的培养与锻炼第五章 完善个性：塑造健全的人格第一节 大学生的个性特点第二节 大学生常见的个性问题与调适第三节 大学生人格的完善中篇 心理发展：从完善自我入手第六章 适应：昂首走进大学校园第一节 大学新生的环境适应特点第二节 大学新生常见的适应问题与调适第三节 以积极的心态融入大学生活第七章 和谐：构建良好的人际关系第一节 大学生人际关系的特点第二节 大学生常见的人际交往问题及调适第三节 大学生人际交往的艺术第八章 自尊：迈好恋爱的第一步第一节 大学生恋爱的心理特点第二节 大学生常见的恋爱心理问题及调适第三节 发展健康的恋爱心理第九章 自爱：慎重把握性好奇第一节 大学生的性心理特点第二节 大学生常见的性生理、心理问题及调适第三节 大学生的性心理健康教育第十章 适度：科学上网不迷恋第一节 大学生网络心理的特点第二节 大学生常见的网络心理问题及调适第三节 大学生的网络心理教育下篇 心理发展：向实现自我迈进第十一章 修身与养德：让心理充满阳光第一节 修身养德与心理健康第二节 大学生修身养德的境界第三节 社会主义道德修养与大学生心理健康第十二章 学习与实践：为未来做好准备第一节 大学生应具备的知识结构第二节 大学生应具备的能力结构第十三章 自助与求助：轻松走出心理泥潭第一节 正常心理与异常心理的区分第二节 大学生常见的心理疾病第三节 大学生常见心理疾病的治疗第十四章 执著与勤奋：迈向成功的明天第一节 客观就业与执著追求第二节 大学生职业生涯规划第三节 成功者心理特质分析主要参考文献

## 章节摘录

版权页：插图：“人非草木，孰能无情？”

”可以说人们所有的心理活动，都伴随着一定的情绪情感状态。

正是由于有了喜怒哀乐等不同的情绪情感体验，生活才显得如此丰富多彩。

从主体需要的性质来看，人的需要可分为生理性需要和社会性需要。

，通常，我们把人的生理性需要是否得到满足而产生的态度体验叫做情绪，例如，由于饮食的需求而引起的满意或不满意的情绪，由于危险情景引起的恐惧、和搏斗相联系的愤怒等。

因此，情绪是人类和动物所共有的心理现象，只不过人的情绪在本质上与动物的情绪有所不同，即受人的社会生活方式、社会习俗和文化教养的影响和制约。

情感则是人类所特有的心理现象，是指人的社会性需要是否得到满足而产生的态度体验。

例如，与人交往相关的友谊感，与遵守行为准则规范相关的道德感，以及对祖国的热爱，对敌人的仇恨，对美的欣赏，对丑的厌恶等。

人的情绪和情感虽然有区别，但是两者又有着密切的联系。

情感总是要通过情绪来表现，离开了具体的情绪表现，人的情感也就无法表达。

同时，人的情绪变化又往往受情感的控制。

在现实生活中，两者很难加以区分。

为此，心理学中还使用日常用语中常见的概念——感情，它既包含与生理性需要相联系的情绪，也包含与社会性需要相联系的情感。

情绪情感虽然是人的一种心理体验，但同时总会伴有一定的内脏器官、内分泌腺或神经系统的生理变化。

例如，愉快时面部微血管舒张，脸变红了；害怕时微血管收缩，血压升高，心跳加速，呼吸减慢，脸变白了。

这种伴随情绪情感发生的生理变化，提供了对情绪情感进行客观测量的条件，测谎器就是通过多道记录仪，测量心率、血压、呼吸、皮电反应等，据此来判断是否说谎。

<<心理发展教育>>

编辑推荐

《心理发展教育》是大学生素质教育读本。

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>