

<<大学生心理健康教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教程>>

13位ISBN编号：9787810797603

10位ISBN编号：7810797603

出版时间：2006-12

出版时间：暨南大学

作者：大学生心理健康教育研究会 编

页数：319

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>

## <<大学生心理健康教程>>

### 内容概要

面对大学生心理健康问题日益严峻的形势，如何提高心理健康教育与辅导工作的实效，是摆在我们每个心理教育工作者面前的重要课题。

教材是提高心理健康教育与辅导工作实效的重要保障，也是改革教育方法的突破口。

我们在吸收同行科研成果的基础上，结合自己的心理健康教育与辅导工作经验，编写了这本教材，作为我们主编的国家“十一五”规划教材立体化建设的重要支柱。

本书紧紧围绕当代大学生的身心特点、生活环境、学习实际以及常见的心理障碍展开系统论述，为心理健康教育与辅导提供科学、实用的心理学原理与方法，力求做到“必需、够用、实用”。

在结构上，本书打破旧有教材的编写思路，从帮助学生认识心理健康问题产生的根源入手，以培养心理健康自我维护能力为主要目标，以介绍方法为主，做到体系清晰、内容简练、通俗易懂。

全书共分九章，前两章从心理健康问题产生的一般机制和维护的角度出发，论述了心理学的基本原理与方法；随后六章针对大学生健康心理构成的核心要素，包括自我、人格、学习、人际交往、恋爱、职业心理等，对发展特点、形成机制、异常的成因与表现、调适方法等内容展开论述；最后一章系统地论述了大学生心理危机与干预及自我拯救的方法。

在体例上，设置了学习目标、引例、本章小结、核心概念、思考与心理训练等模块。

本书既深入浅出地勾画了心理健康教育与辅导的内容体系，又有足够的实训安排，适合作为高等院校大学生心理健康教育与辅导教材。

## <<大学生心理健康教程>>

### 书籍目录

前言1 大学生心理与心理健康 1.1 人的心理现象及其发生原理 1.2 大学生心理发展的特点与形成机制 1.3 大学生心理健康的含义与标准 1.4 影响大学生心理健康的主要因素2 大学生心理健康的维护 2.1 大学生心理健康的辅导 2.2 大学生心理障碍康复的社会支持策略 2.3 大学生心理健康的自我调节方法 2.4 运用催眠术防治心理疾病的原理与方法3 大学生自我的发展与心理健康 3.1 大学生自我发展的特点与形成机制 3.2 大学生自我发展异常与心理健康 3.3 大学生自我发展异常的主要原因 3.4 大学生自我发展异常的评估 3.5 大学生自我发展异常的调适方法4 大学生人格的发展与心理健康 4.1 大学生人格发展的特点与形成机制 4.2 大学生人格发展异常与心理健康 4.3 大学生人格发展异常的主要原因 4.4 大学生人格发展异常的表现与评估 4.5 大学生人格发展异常的调适方法5 大学生的学习与心理健康 5.1 大学生学习的特点与心理机制 5.2 大学生学习适应性与学习心理异常 5.3 大学生学习心理异常的调适方法6 大学生人际交往的发展与心理健康 6.1 大学生人际交往发展的特点与形成机制 6.2 大学生人际交往发展异常与心理健康 6.3 大学生人际交往发展异常的主要原因 6.4 大学生人际交往发展异常的表现与评估 6.5 大学生人际交往发展异常的调适方法7 大学生恋爱和性心理与心理健康 7.1 大学生恋爱和性心理的特点与形成机制 7.2 大学生恋爱和性心理异常与心理健康 7.3 大学生恋爱和性心理异常的主要成因 7.4 大学生恋爱和性心理异常的表现与调适方法8 大学生职业心理与心理健康 8.1 大学生职业心理的特点与形成机制 8.2 大学生职业心理异常与心理健康.....9 大学生心理危机与干预参考文献

## <<大学生心理健康教程>>

### 章节摘录

1 大学生心理与心理健康学习目标1．认识心理的实质及其变异特性2．理解大学生心理发展的特点及其形成机制3．掌握大学生心理健康的含义与标准4．了解影响大学生心理健康的主要因素引例大学生心理健康问题日益严峻大学生心理健康问题日益严峻，迫切需要全社会关注。

中南大学等单位的研究者组织的一项调查结果显示，心理健康不良已成为大学生辍学的主要原因，每年全国因心理疾病退学的大学生占退学总人数的54.4%；《中国青年报》（2004.7.4）刊登的一份调查结果显示，14%的大学生存在抑郁症状，17%的人出现焦虑症状，12%的人有敌对情绪；在校大学生中有人际关系、环境适应、情感障碍、焦虑等心理健康问题的也占了相当大的比例。

“上课，枯燥，没劲；自习，无聊，没劲；睡觉，多了也累，没劲……大学让我好失望……”这是一位大学生在某大学网站上的留言。

的确，从名牌大学学生的“硫酸泼熊”，到马加爵残杀多名同学藏于宿舍柜中；从北京高校多名研究生的接连跳楼轻生，到广州某高校一周之内发生3起学生自杀事件；从北京四名大学生因嫖资引发纠纷惨遭刀砍，到南京一个法律专业大学生因迷恋网络游戏花掉所有生活费，认为“进监狱是不错的选择”，于是抱着假炸药包去抢劫银行。

最终被判刑……所有这些，无不折射出大学生心理健康问题的严峻。

<<大学生心理健康教程>>

编辑推荐

《大学生心理健康教程》由暨南大学出版社出版。

<<大学生心理健康教程>>

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>