

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787030268105

10位ISBN编号：7030268105

出版时间：2010-3

出版时间：科学出版社

作者：金宏章，张颈松 主编

页数：203

字数：249000

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>

<<大学生心理健康教育>>

前言

大学生心理健康教育是素质教育的重要内容，也是高校培养合格人才的重要环节。

党的十七大报告强调，要“加强和改进思想政治工作，注重人文关怀和心理疏导，用正确方式处理人际关系”，并对进一步加强和改进大学生心理健康教育工作提出了新的更高的要求。

教育部把“进一步加强和改进大学生心理健康教育工作”作为深入贯彻落实中发[2004]16号文件精神的工作重点，并采取了一系列具体措施。

多年来，黑龙江省各高校及广大教师都在积极实践和探索，各项工作均取得不同程度的进步，有的高校已步入全国先进行列。

但是，我们的工作还不够完善，还应以更高的标准扎扎实实向前推进。

实践证明，开设大学生心理健康教育课程是开展大学生心理健康教育工作的重要环节和主要渠道之一。

2001年，黑龙江省教育厅组织专家编写了第一本大学生心理健康教育教材，对大学生心理健康教育工作起到重要推动作用。

2009年，我们再次组织力量编写了一套六本“高等院校心理健康教育系列教材”。

教材从指导思想上，贯彻党中央、教育部关于加强大学生思想政治教育工作的总体要求，针对大学生的身心特点，力求体现心理健康教育的现代理念，密切结合大学生学习、生活实际，全面服务于大学生成长、成才。

<<大学生心理健康教育>>

内容概要

本书是为配合《大学生心理健康教育——体验，认知，训练》而设计的一本教学指导用书。

本书每个具体主题都设立教学设计与参考文献两个部分。

教学设计部分是以“案例呈现”、“案例分析”和“引申思考”等方式引入课程，书中案例大都是来自大学生群体的真实故事，内容新颖、可读性强。

案例分析环节设立“案例总结”，讲授新课环节设立“教师总结”，有利于对任课教师进行科学指导。

本书一方面为任课教师提供了优化的教学设计方案；另一方面提供了丰富的相关材料，利于拓展任课教师的视野。

<<大学生心理健康教育>>

作者简介

金宏章，哈尔滨工程大学人文社科学院院长、应用心理学研究所所长，教授，中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会副主任委员、黑龙江省高校心理健康教育教师培训基地主任。
主要研究领域：学校心理健康教育、职业心理健康、催眠心理治疗。

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

序前言第一章 绪论 第一节 心理健康与生命成长 一、生命关怀：心理健康的个体价值 二、心理和谐：心理健康的社会价值 第二节 透视大学生心理健康 一、健康概念的发展 二、认识心理健康 二、大学生心理健康的标准 第三节 影响大学生心理健康的因素 一、个体因素的影响 二、学校因素的影响 三、社会因素的影响 第四节 大学生心理健康教育 一、认识心理健康教育 二、心理健康教育类型 参考文献第二章 自我意识：人贵有自知之明 第一节 自我意识与心理健康 一、透视自我意识 二、自我意识与心理健康的关系 第二节 大学生自我意识的发展 一、自我意识的特点 二、自我意识的规律 第三节 大学生自我意识的偏差 一、自我意识问题的表现 二、自我意识问题的成因 第四节 大学生自我意识的完善 一、健全自我意识的标准 二、自我意识调适的策略 参考文献第三章 认知：我思故我在 第一节 认知与心理健康 一、透视认知 二、认知与心理健康的关系 第二节 大学生认知的发展 一、大学生认知的特点 二、大学生认知的规律 第三节 大学生认知的偏差 一、认知问题的表现和成因 二、合理认知的标准 第四节 大学生认知的完善 一、认知的调适 二、促进认知发展的策略 参考文献第四章 情绪：做情绪管理的主人 第一节 情绪的概述 一、透视情绪 二、情绪与心理健康的关系 第二节 大学生情绪的发展 一、大学生情绪的特点 二、大学生情绪的规律 第三节 大学生情绪的偏差 一、情绪问题的表现及成因 二、情绪问题的调适 第四节 大学生情绪的完善 一、优化情绪的标准 二、情绪调适的策略第五章 意志：在超载平凡的成长 第一节 意志与心理健康 一、透视意志 二、意志与心理健康的关系 第二节 大学生意志的发展 一、大学生意志的特点 二、大学生意志的规律 第三节 大学生意志的偏差 一、意志问题的表现 二、意志问题的成因 第四节 大学生意志的完善 一、健全意志的标准 二、意志调适的策略 参考文献第六章 个性：展现生命的精彩 第一节 个性与心理健康 一、透视个性 二、个性与心理健康的关系 第二节 大学生个性的发展 一、大学生所处的个性发展阶段 二、大学生个性的特点 第三节 大学生个性的偏差 一、个性问题的表现及成因 二、健康个性的标准 第四节 大学生个性的完善 一、个性调适的策略 二、促进个性发展的策略 参考文献第七章 性心理：解读性的秘密 第一节 性与心理健康 一、透视性心理 二、性心理健康 第二节 大学生性心理的发展 一、大学生的性心理特点 二、大学生的性心理困惑 第三节 大学生的性心理偏差 一、性心理偏差的表现 二、性心理偏差的成因 第四节 性心理的调适 一、性心理问题的调适 二、性心理的优化 参考文献第八章 学习心理：学然后知不足 第一节 学习与心理健康 一、透视学习心理 二、学习与心理健康的关系 第二节 大学生学习心理的发展 一、大学生学习心理的特点 二、大学生学习心理的规律 第三节 大学生学习心理的偏差 一、学习心理问题的表现 二、学习心理问题的成因 第四节 大学生学习心理的优化 一、学习心理问题调适 二、学习心理适应训练 参考文献第九章 交往心理：搭建心灵沟通的桥梁 第一节 交往与心理健康 一、透视交往心理 二、交往与心理健康的关系 第二节 大学生交往心理的发展 一、大学生交往心理的特点 二、大学生交往心理规律 第三节 大学生交往心理的偏差 一、交往心理问题的表现 二、交往心理问题的成因 第四节 大学生交往心理的优化 一、交往心理问题调适 二、交往心理适应训练……第十章 恋爱心理：破解爱情难题第十一章 择业心理：规划你的职业生涯第十二章 休闲心理：填充生活的七彩图画

<<大学生心理健康教育>>

章节摘录

插图：案例总结：小林浩在大灾面前表现出的冷静与果敢，令人钦佩有加。

无论是小英雄林浩勇救两位同学，还是地震灾区获救的其他学生，我们都看到了勇敢和坚强。

这些孩子在巨大灾难来临时所表现出的顽强意志，向世人充分展示了人性的坚韧不拔。

引申思考在举国之力抗震救灾的日夜里，那些在震灾一线救援的人民子弟兵、那些四面八方赶来的医疗救治队、救援队和志愿者们，他们克服艰难险阻，冒着生命的危险，通宵作战。

他们用顽强的意志力，巨大的勇气，用不抛弃、不放弃的信念，创造着一个又一个的奇迹。

这些优良的意志品质对人们的心理健康有什么作用呢？

2.教学建议讲授新课[基本概念概括]教师结合相关案例介绍如下基本理论知识。

(1) 意志的重要作用：意志对人的情感、行为有重要的控制和调节作用，意志是知转化行为的关键内部因素。

(2) 意志对学生的品质发展具有重要影响。

(3) 意志对学生的立志成才、一生的工作与事业都具有重要影响。

(4) 意志在学生学习中的重要作用。

[相关理论深化]教师介绍相关理论并组织学生进行小组讨论。

(1) 美国成功法则关于意志品质的说法。

(2) 讨论活动：大地震中，解放军武警官兵、志愿者以及受灾群众所表现出的意志品质。

<<大学生心理健康教育>>

编辑推荐

《大学生心理健康教育:理解·规范·提高(教师用书)》：高等院校心理健康教育系列教材

<<大学生心理健康教育>>

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>