

<<大学生心理与生理健康教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理与生理健康教程>>

13位ISBN编号：9787811352887

10位ISBN编号：7811352885

出版时间：2009-8

出版时间：暨南大学出版社

作者：大学生心理健康教育研究会 编

页数：237

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>

## <<大学生心理与生理健康教程>>

### 内容概要

为了更好地服务于大学生身心健康教育与辅导工作，我们在不断总结自己多年健康教育工作经验的基础上，注意吸收相关学科的最新研究成果，组织编写了这本教材。

本教材根据国务院1990年6月批准颁布的《学校卫生工作条例》和教育部2002年4月下发的《普通高等学校大学生心理健康教育工作的实施纲要》的要求，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、生理健康教育与辅导提供科学、实用的心理学原理与方法以及卫生学知识，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。

全书共分十二章，第一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；随后十一章针对大学生身心健康构成的核心要素，包括新环境适应、自我、人格、学习、人际交往、恋爱、职业心理、生理发展、生活习惯、性行为及疾病防治等，对发展特点、形成机制、异常的成因与表现、防治措施与调适方法等内容展开论述；同时还系统地论述了大学生心理危机干预、自我拯救、催眠术治疗的方法。

在体例上，设置了“学习目标”、“引例”、“本章小结”、“核心概念”、“思考与练习”等模块。

本书既深入浅出地勾画了心理与生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与生理健康教育与辅导教材。

## &lt;&lt;大学生心理与生理健康教程&gt;&gt;

## 书籍目录

再版前言1 大学生心理与身心健康概述 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 大学生身心健康的含义与标准 1.4 影响大学生心理健康的主要因素 1.5 大学生心理健康的自我调适方法2 大学新生环境适应与心理健康 2.1 大学新生环境适应的特点与心理机制 2.2 大学新生常见的环境适应问题与对策 2.3 大学新生网瘾问题与对策3 大学生的自我发展与心理健康 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 大学生的人格发展与心理健康 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 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 8.3 大学生择业问题的自我心理调适9 大学生心理危机与干预 9.1 大学生心理危机的特点与形成机制 9.2 大学生自杀倾向与自杀行为现象 9.3 大学生自杀倾向与自杀行为形成的主要原因 9.4 大学生有自杀倾向者的表现与评估 9.5 大学生危机自我拯救与他人干预的方法10 大学生生理发展、行为习惯与健康 10.1 大学生生理发展与健康 10.2 行为习惯与健康 10.3 体育锻炼与健康 10.4 营养与健康 10.5 酗酒、滥用药物与健康11 性生理、性行为与健康 11.1 生殖器官的结构、功能与卫生保健 11.2 性行为与卫生保健 11.3 避孕与卫生保健 11.4 人工流产与卫生保健12 常见身心疾病与防治方法 12.1 常见性病的特征与防治方法 12.2 常见突发性传染病的特征与防治方法 12.3 常见心理疾病的特征与防治方法 12.4 运用催眠术防治心理疾病的方法参考文献

<<大学生心理与生理健康教程>>

章节摘录

插图：

编辑推荐

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>