

# 《大学生心理健康》

## 图书基本信息

书名：《大学生心理健康》

13位ISBN编号：9787117066020

10位ISBN编号：7117066024

出版时间：2005-2

出版社：人民卫生出版社发行部

作者：肖水源 编

页数：168

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《大学生心理健康》

## 内容概要

应用时代所提出的挑战，心理健康水平的高低是决定性因素之一。近年来的一些研究表明，我国在校大学生存在不少心理健康问题。

学生用书的目的是为在校大学生及校外青年提供一本既可作为教材，又可作为自修材料的普及读本，强调通过心理健康教育、心理指导、心理技能（life skills）训练等措施提高心理健康水平，预防心理问题的产生和发展；通过介绍心理问题及其基本的处理原则，使大学生在遇到心理问题时，能够学会自我调整和寻求专业帮助。教师用书的目的在于为广大高校教师，特别是直接从事学生管理工作的各级各类人员提供实用的培训教材。这本教材也可作为心理健康教育工作者、心理咨询人员、学生家长的参考材料。

# 《大学生心理健康》

## 书籍目录

第一章 绪论 一、心理健康的重要性 二、大学生的心理健康问题 三、大学生心理健康工作的性质 四、大学生心理健康工作的原则 五、大学生心理健康工作者的主要任务第二章 心理与心理现象 一、概述 二、心理过程 三、心理特征第三章 大学生的心理特点 一、大学生的思维方式 二、大学生的情绪与情感 三、大学生的气质和性格 四、大学生自我意识的发展 五、大学生社会意识的发展 六、大学生心理特点的多样性 七、大学生的性心理第四章 心理健康的标准 一、心理健康的维度 二、正常心理和异常心理 三、心理健康及其标准第五章 心理健康的评估 一、心理评估概述 二、人格评估 三、情绪评估 四、能力评估 五、综合性心理健康评估第六章 大学生常见的心理问题 一、大学生常见的心理困扰 二、大学生常见的病态行为 三、心理生理障碍 四、神经症 五、情感性障碍和精神分裂症第七章 大学生心理问题产生的根源 一、遗传 二、价值观与心理冲突 三、家庭教养方式 四、社会环境问题第八章 大学心理健康工作体系的建立 一、大学心理健康工作的基本结构 二、大学心理健康工作的工作形式 三、大学心理健康工作的保障第九章 大学生心理健康教育 一、大学生心理健康教育的内容 二、心理健康教育的主要形式 三、心理健康教育效果的评估第十章 心理咨询 一、概述 二、个别心理咨询 三、团体心理咨询 四、大学生常见心理问题的指导和咨询第十一章 心理危机干预 一、心理危机与危机干预的基本概念 二、危机干预的基本过程 三、危机干预的基本技术 四、危机干预的注意事项第十二章 心理技能训练 一、概述 二、思维方式训练 三、情绪控制训练 四、社交技能训练 五、应激处理训练 六、自我意识训练

# 《大学生心理健康》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)