

# 《大学生心理健康咨询导论》

## 图书基本信息

书名：《大学生心理健康咨询导论》

13位ISBN编号：9787563502622

10位ISBN编号：7563502629

出版时间：1997-01

出版社：北京邮电学院出版社

作者：徐长华,等

页数：284

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)

# 《大学生心理健康咨询导论》

## 内容概要

### 内容简介

本书运用心理学、心理卫生学、心理咨询学的理论和知识，详细分析了当代大学生中常见的人格问题、情绪问题、认知问题、学习问题、人际关系问题、恋爱问题以及求职择业问题，并提出了具体的咨询意见和建议。

全书内容详实，针对性强，理论阐述深入浅出，通俗易懂，是当代大学生认识自我，加强修养，保持健康，全面发展的一本有益的参考书。

## 书籍目录

### 目录

#### 前言

#### 第一篇 心理健康的挑战

- 1.为什么要开展心理咨询
- 2.什么是心理咨询
- 3.怎样开展心理咨询

#### 第二篇 心理健康的标准及常见的大学生心理问题

- 1.心理健康的标准
- 2.心理障碍患者的症状表现
- 3.常见的大学生心理问题

#### 第三篇 人格与心理健康

- 1.人格及其特征
- 2.大学生人格发展缺陷、人格障碍及其调整
- 3.塑造健康的人格

#### 第四篇 认知与心理健康

- 1.什么是认知及其如何影响人们的心理
- 2.常见非理性信念及其特征
- 3.非理性信念与心理障碍
- 4.常见的大学生非理性信念及其认知调适

#### 第五篇 情绪与心理健康

- 1.情绪的一般概述
- 2.大学生的情绪状态及情感特点
- 3.大学生的情绪困扰及对策
- 4.乐观情绪的培养

#### 第六篇 人际关系与心理健康

- 1.人际关系的涵义及作用
- 2.大学生人际交往的特征
- 3.大学生人际关系不适的类型及对策
- 4.大学生良好人际关系的建立

#### 第七篇 学习与心理健康

- 1.大学生学习的一般概述
- 2.大学生中常见的学习心理障碍及调整
- 3.大学生潜能的开发

#### 第八篇 爱情与心理健康

- 1.爱情的一般概述
- 2.大学生中常见的爱情心理困扰及其调适
- 3.赢得甜美爱情的必备条件

#### 第九篇 求职与择业咨询

- 1.求职与择业的准备
- 2.求职与择业心理分析
- 3.从学校开始引导大学生迈步走向社会

#### 第十篇 心理动力学理论

- 1.主要代表人物
- 2.基本理论观点
- 3.咨询和治疗方法

#### 第十一篇 行为理论

- 1.主要代表人物

# 《大学生心理健康咨询导论》

2.基本理论观点

3.咨询和治疗方法

第十二篇 人本主义理论

1.主要代表人物

2.基本理论观点

3.咨询和治疗方法

参考文献

# 《大学生心理健康咨询导论》

## 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)