

# 《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：9787562319177

10位ISBN编号：7562319170

出版时间：2003-3

出版社：华南理工大学出版社

作者：陈国梁 编

页数：445

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)

# 《大学生心理健康教育》

## 内容概要

该书意在突出其理论性、时代性、针对性和实效性，对指导职业院校大学生如何提高自己的心理素质，适应大学生活，适应将来社会不断变化的环境，避免出现心理失衡和心理障碍，促进职业院校大学生的全面发展具有很重要的指导意义。

作为培训生产第一线的现场工程师的高等职业技术教育，其心理素质的培养显得尤为重要。因此，从促进人的全面发展和现实对高职教育人才的需要看，心理健康教育应该是高职教育人才培养目标中必不可少的重要环节。这样，在从多层次的人才竞争中，职业院校的毕业生才能以其良好的技能和超凡的心理素质在社会中占有一席之地。正是这样一种思考和现实情况下，作者编写了高等职业院校《大学生心理健康教育》一书。该书力求在借鉴、消化国内外关于大学生心理健康教育院校大学生心理健康教育的教材，成为关注自身成长与心理健康的大学生朋友的读本。

## 书籍目录

第一章 大学生心理健康教育概述 第一节 心理健康概述 一、心理健康的含义 二、心理健康的标准 三、职业院校大学生心理健康的标准 四、职业院校开展大学生心理健康教育的意义 第二节 职业院校大学生心理健康教育的目的、任务、内容与方法 一、职业院校大学生心理健康教育的目的与任务 二、职业院校大学生心理健康教育的内容与方法 第三节 心理健康教育的现状与发展趋势 一、国外心理健康教育的发展 二、我国大学生心理健康教育的发展概况 复习思考题

第二章 职业院校大学生身心发育的特点与心理健康 第一节 职业院校大学生身体发育的基本特点 一、职业院校大学生身体发育形态上的特点 二、职业院校大学生身体机能发育的特点 三、生殖系统的发育已完全成熟 四、职业院校大学生身体发育对心理的影响 第二节 职业院校大学生心理发展的基本特点 第三节 职业院校大学生心理发展过程中的矛盾性 第四节 职业院校大学生常见身心问题与调适 一、职业院校大学生常见的身心问题 二、职业院校大学生常见身心问题的调适 复习思考题

第三章 职业院校大学生的需要动机与心理健康 第一节 职业院校大学生需要的结构与辅导 一、需要的概念 二、职业院校大学生需要结构发展的特点 第二节 职业院校大学生的动机结构与辅导 一、动机的概念 二、动机的种类 三、职业院校大学生动机结构发展的特点 四、职业院校大学生的动机冲突及辅导 五、职业院校大学生的挫折心理及调适 复习思考题

第四章 职业院校大学生的情绪与心理健康 第一节 情绪情感概述 一、情绪情感的概念 二、情绪情感的分类 第二节 职业院校大学生情绪情感发展的特点 一、情绪情感的丰富性与差异性 二、情绪情感的稳定性与波动性 三、情绪情感的强烈性与冲动性 四、情绪情感的外显性与内隐性 五、情绪情感的社会性与细腻性 第三节 职业院校大学生情绪情感的培养与调节 一、健康情绪的标准 二、职业院校大学生常见的情绪障碍及其调适 三、职业院校大学生健康情绪的自我调节 复习思考题

第五章 职业院校大学生的人格特征及人格塑造 第一节 人格概述 一、人格的概念 二、人格的结构 三、人格的特征 四、健全人格的标准 第二节 职业院校大学生人格发展的基本特点 一、职业院校大学生的人格特点 二、影响职业院校大学生人格形成和发展的因素 三、人格特征的测量和鉴定 第三节 职业院校大学生人格发展中存在的问题 一、人格障碍的概念 二、人格障碍的类型 三、职业院校大学生人格障碍发生的原因 第四节 职业院校大学生健全人格的塑造 复习思考题

第六章 职业院校大学生的自我意识与心理健康 第一节 自我意识概述 一、自我意识的涵义 二、自我意识的结构 三、自我意识的发生发展 第二节 职业院校大学生自我意识发展的特点 一、职业院校大学生自我意识的特点 二、职业院校大学生自我意识发展的规律 第三节 影响职业院校大学生自我意识发展的因素 一、影响职业院校大学生自我意识发展的因素 二、职业院校大学生自我意识发展中常见的偏差及其调适 第四节 职业院校大学生自我意识的培养 一、衡量健康自我意识的标准 二、职业院校大学生健康自我意识的培养 复习思考题

第七章 职业院校大学生生活的心理适应与心理健康 第一节 适应概述 一、适应的概念 二、适应的实质 三、影响适应的主要因素 第二节 影响职业院校大学生心理适应的主要因素 一、校园环境上的不适应 二、生活上的不适应 三、学习上的不适应 四、人际关系上的不适应 第三节 职业院校大学生生活中常见的心理适应问题的调适 复习思考题

第八章 职业院校大学生的学习心理与心理健康 第一节 学习心理概述 一、学习的概念 二、影响职业院校大学生学习活动的心理因素 三、职业院校大学生学习心理的特点和要求 第二节 职业院校大学生学习中常见的心理问题及其原因 第三节 职业院校大学生学习心理的调适 复习思考题

第九章 职业院校大学生的人际关系与心理健康 第一节 职业院校大学生人际关系概述 一、大学生人际关系的概念与特点 二、人际关系对职业院校大学生的意义 三、职业院校大学生人际关系的特点 四、影响职业院校大学生人际关系的主要因素 第二节 职业院校大学生人际交往中常见的问题及其调适 一、职业院校大学生人际交往中常见的心理问题及其调适 二、职业院校大学生成功交往的原则与艺术 第三节 职业院校大学生几种主要人际关系的处理 复习思考题

第十章 职业院校大学生的网络心理与心理健康 第一节 网络心理概述 一、互联网的概念 二、互联网的特性与职业院校大学生上网的心理特点 三、网络心理学概述 第二节 职业院校大学生常见的网络心理问题 一、网恋 二、网络成瘾综合征(IAD) 三、网上破坏行为 第三节 职业院校大学生网络心理素质的培养 一、正确掌握和使用互联网 二、端正上网的目的和动机 三、积极参加社会活动,逐步摆脱对网络的依赖 四、求助心理咨询 复习思考题

第十一章 职业院校大学生的恋爱心理与心理健康

# 《大学生心理健康教育》

第一节 爱情心理概述 一、爱情的本质 二、爱情与友情的区别与联系 三、大学生恋爱心理的生理机制与性意识的发展 第二节 职业院校大学生恋爱心理特点 一、认知与评价上的特点 二、恋爱动机上的特点 第三节 职业院校大学生常见的恋爱心理问题及其调适 一、职业院校大学生常见的恋爱心理问题 二、职业院校大学生恋爱心理问题的调适 复习思考题 第十二章 职业院校大学生的危机干预与心理健康 第一节 自杀概述 一、自杀概述 二、自杀的分类 三、大学生自杀问题的严重性 第二节 职业院校大学生自杀原因的分析 第三节 职业院校大学生自杀行为的预防 一、职业院校大学生自杀行为的预测 二、职业院校大学生自杀行为的防治 复习思考题 第十三章 职业院校大学生的择业心理与辅导 第一节 职业院校大学生择业心理概述 一、大学生择业心理的基本概念 二、职业院校大学生择业的心理分析 三、影响职业院校大学生择业心理的因素 第二节 职业院校大学生择业心理特点 一、在单位选择上的特点 二、在对择业主要问题的看法上的特点 三、在择业中存在问题的应对策略上的特点 第三节 职业院校大学生常见的择业心理问题及其调适 第四节 职业院校大学生良好择业心理的培养 一、树立正确的择业观 二、培养良好的心理品质 复习思考题 第十四章 职业院校校园文化与心理健康 第一节 校园文化的概念 一、“文化”的定义 二、“校园文化”的概念 第二节 职业院校大学生参加校园文化活动的心理动因 第三节 职业院校校园文化的心理功能 第四节 职业院校大学生参与校园文化活动的心理误区及其调适 一、职业院校大学生参与校园文化活动的心理及行为误区 二、职业院校大学生参与校园文化活动的心理调适 复习思考题 第十五章 职业院校大学生群体性传播疾病及其防治 第一节 性传播疾病概述 一、性传播疾病的概念 二、性传播疾病的分类 三、艾滋病是当今世界最为凶险的性传播疾病 四、性传播疾病的流行现状 五、性传播疾病的危害 六、艾滋病引起了全球的关注 七、性传播疾病的流行趋势 第二节 性传播疾病的识别与预防 一、常见性传播疾病的识别 二、常见性传播疾病的预防 复习思考题 第十六章 职业院校大学生常见心理疾病与防治 第一节 精神疾病概述 一、精神疾病概述 二、精神疾病产生的原因 三、早期预防精神病 第二节 职业院校大学生精神疾病的分类 一、常见精神症状的识别 二、神经症 三、精神分裂症 复习思考题 参考文献

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