

<<高职高专学生心理健康与成长>>

图书基本信息

书名：<<高职高专学生心理健康与成长>>

13位ISBN编号：9787030252746

10位ISBN编号：7030252748

出版时间：2009-8

出版时间：科学出版社

作者：李自璋 主编

页数：247

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>

<<高职高专学生心理健康与成长>>

内容概要

本书内容丰富，资料翔实，主要针对高职高专学生心理健康教育基础知识和高职高专学生常见的主要心理问题，如适应心理问题、人际交往心理问题、学习心理问题、情绪情感问题、人格心理问题、自我意识问题、特殊群体学生心理问题、心理危机问题、择业心理问题等，介绍了这些心理问题的表现，分析了这些问题产生的原因，并着重讲解了对这些心理问题的调适。

全书内容深入浅出，雅俗共赏，适合高职高专教师、学生使用，也可供其他普通高等院校师生参考，还可供社会各界人士参考。

<<高职高专学生心理健康与成长>>

书籍目录

出版说明

序

前言

第一章 心理健康教育常识

- 一、心理健康教育的概念
- 二、心理健康教育的意义
- 三、心理健康的标准
- 四、区分心理正常和异常的心理学原则
- 五、判别心理正常和异常的标准
- 六、促进心理健康的原则
- 七、增进心理健康的途径
- 八、促进心理健康的方法

第二章 高职高专学生心理健康教育常识

- 一、高职高专学生心理健康教育的含义
- 二、高职高专学生心理健康教育的意义
- 三、高职高专学生心理健康教育的目标
- 四、高职高专学生心理健康教育的任务
- 五、高职高专学生心理健康教育的内容
- 六、高职高专学生心理健康的标准
- 七、高职高专学生心理健康教育的原则
- 八、高职高专学生心理健康教育的途径
- 九、高职高专学生心理健康教育的方法
- 十、高职高专学生心理特点
- 十一、高职高专学生常见心理问题
- 十二、影响高职高专学生心理健康的主要因素
- 十三、高职高专学生心理健康的维护与促进

第三章 高职高专学生心理适应问题与调适

- 一、高职高专学生适应心理概述
- 二、高职高专学生常见的适应问题的表现及原因
- 三、高职高专学生心理适应问题的调适

第四章 高职高专学生人际交往心理问题与调适

- 一、高职高专学生人际交往概述
- 二、高职高专学生人际交往心理问题与调适
- 三、高职高专学生人际交往艺术

第五章 高职高专学生学习心理问题与调适

- 一、高职高专学生学习心理概述
- 二、高职高专学生常见的学习心理问题与调适
- 三、高职高专学生学习智能的掌握

第六章 高职高专学生情绪情感问题与调适

- 一、高职高专学生情绪情感概述
- 二、高职高专学生常见情绪问题与调适
- 三、高职高专学生恋爱心理问题与调适
- 四、高职高专学生性心理问题与调适
- 五、高职高专学生情绪情感的管理

第七章 高职高专学生人格心理问题与调适

<<高职高专学生心理健康与成长>>

- 一、 高职高专学生人格概述
- 二、 高职高专学生常见的人格心理问题与调适
- 三、 高职高专学生健全人格的培养与发展
- 第八章 高职高专学生自我意识问题与调适
 - 一、 高职高专学生自我意识概述
 - 二、 高职高专学生自我意识发展的特点
 - 三、 高职高专学生自我意识发展偏差与调适
 - 四、 高职高专学生自我意识的培养与完善
- 第九章 高职高专特殊群体学生心理问题与调适
 - 一、 高职高专贫困生心理特点与心理问题调适
 - 二、 高职高专网络生心理特点与心理问题调适
 - 三、 高职高专女生心理特点与心理问题调适
 - 四、 高职高专单亲家庭学生心理特点与心理问题调适
 - 五、 高职高专独生子女学生的心理特点与心理问题调适
- 第十章 高职高专学生心理危机的应对与干预
 - 一、 高职高专学生心理危机的概述
 - 二、 高职高专学生心理危机的应对与干预
 - 三、 高职高专学生自杀危机干预
- 第十一章 高职高专学生择业心理问题与调适
 - 一、 高职高专学生择业心理概述
 - 二、 高职高专学生择业心理的影响因素
 - 三、 高职高专学生的职业生涯规划
 - 四、 高职高专学生择业心理问题与调适
 - 五、 高职高专学生择业技巧与面试艺术
- 参考文献

<<高职高专学生心理健康与成长>>

章节摘录

版权页：插图：从这一实例，并结合有关情况分析可以看出，有的高职高专学生学习动机过强的原因是多方面的，概括起来主要有：学业期望值过高。

学习动机过强的高职高专学生的学业期望值和学业目标都定得过高，过高地估计了自己的实力和水平，尽管很努力，但达到的可能性很小。

学业压力过大。

有的高职高专学生学习动机过强，是由于家庭、社会、学校的不适当的要求导致的压力，自己不能很好调适，从而导致压力过大。

学习方法不当。

有的高职高专学生学习动机过强，是由于方法不当，认为只要勤奋、努力就能获得成功，受这种错误认知的影响，他们全心身地投入学习，不注意学习方法，结果学习效果不好，学习效率低下。

面临挫折和失败时，他们的心态极不平衡。

个性特征影响，有的高职高专学生学习动机过强，是由于自尊心和好胜心比较强，在学习上不顾客观条件，争强好胜，追求完美。

(2) 学习动机过强的调适高职高专学生学习动机过强也会影响学习进步。

案例：我在高中的时候成绩还算可以的，我一直都很努力，想考上一所自己满意的重点大学，但等来的却是一般大学的通知书，我不甘心，复读一年，要达到自己的目标，但得到的是一张专科学校的入学通知书，我无语。

第：年我在家庭和环境的压力下，硬着头皮来到这所专科学校报了到。

我把希望寄托在“专升本”上，围绕升本的考试科目，我拼命看书学习，但我现在感到力不从心，学校的必修课落了不少。

还有就是让我最头痛的是我发现自己嫉妒那些比自己学习好的人，他们也要“专升本”，要与我竞争，我甚至是恨他们。

我知道自己不对，个性太强，但是我.....

<<高职高专学生心理健康与成长>>

编辑推荐

《高等职业教育人才培养创新教材出版工程:高职高专学生心理健康与成长》是由科学出版社出版的。

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>