

<<校园心灵氧吧>>

图书基本信息

书名：<<校园心灵氧吧>>

13位ISBN编号：9787532866960

10位ISBN编号：7532866963

出版时间：2010-7

出版时间：山东教育出版社

作者：刘嵘

页数：346

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>

## 前言

《校园心灵氧吧——学生团体心理辅导与咨询》一书终于要问世了，我怀着感激、感动与感恩的心情向所有帮助我、支持我的导师们和同行们表示感谢！

首先要感谢李庆善先生——原中国社会科学院社会学研究所研究员、中科院研究生院教授及中国社会心理学会秘书长，感谢他对我的鼓励与指导。

2005年底我在学校和社会上已经比较成功地设计并带领进行了一些团体心理辅导、咨询及工作坊活动。

每做完一次团体活动，成员们都感到在快乐的团体中收获很大，能够得到很多的体验和心灵感悟，同时很多成员向我询问是否有此类的书，以便深入学习，这促使我常常想把几年来的实践总结一下并写出来，让更多的心理工作者能够操作应用。

这一想法得到了李先生的大力支持与称赞。

在这几年的写作与整理中，我经常请教他老人家，他总是不辞辛苦地在百忙中指导与帮助我。

他治学严谨，热衷于中国学生心理健康教育工作，在这里我无法用语言来表达晚辈对老一辈学者的崇敬与感激。

2000年，我接受了樊富珉教授的团体心理辅导与咨询系统培训课程。

樊教授现为清华大学应用心理学教授、博士生导师，清华大学—香港大学心理辅导研究中心主任，中国心理卫生协会常务理事。

跟随樊教授学习了团体的理论和技术后，我感到这是一种非常有效的心理辅导与咨询的方法，于是我便开始实践与应用。

在这个过程中，针对不同的成员背景及不同的团体目标，我开始自己设计团体心理辅导与咨询、团体心理工作坊活动方案。

## 内容概要

本书分为导论篇和实务篇，其中实务篇包括团体心理辅导、团体心理咨询和团体心理工作坊。作者根据多年团体心理辅导与咨询的实践经验，为读者提供了实际有效的团体心理辅导、团体心理咨询和团体心理工作坊的设计方案与部分实例，具有可操作性强的特点。本书适合于各级各类学校心理健康骨干教师、心理咨询师、辅导员、班主任、社会工作者、心理学及教育学等相关专业教师、学生、德育工作者等人士阅读与参考。

## 作者简介

刘岷，1963年2月出生于济南市。

山东师范大学心理学硕士，副教授。

现任山东城市建设职业学院心理健康教育与咨询中心主任。

中国社会心理学会会员，山东社会心理学会常务理事，山东社会心理学会传播心理专业委员会主任，山东省中西医结合学会临床心理专业委员会理事，山东省劳教局特聘心理矫治工作指导中心心理学专家，山东省心理咨询师认定评审专家。

长期从事大学生心理健康教育工作，教授学生团体心理辅导与咨询课程心理剧和绘画治疗课程。

主要成果2008年主编机械工业出版社出版的“十一五”规划教材《心理健康教育与辅导教程》，2009年主编清华大学出版社出版的“新世纪”规划教材

## 书籍目录

导论篇 关爱学生的健康成长 第一章 学生在团体中健康成长 第一节 学生心理健康新观念 一、心理健康的含义及标准 二、学校心理健康教育 第二节 团体心理辅导与咨询 一、团体心理辅导概述 二、团体心理辅导的功能和类型 三、团体心理咨询的有关理论和常用技能 四、团体发展的阶段特征和效果评估 第三节 团体是促进学生快乐成长的地方 一、学校团体心理辅导的优势 二、团体心理辅导的一般目标和原则 三、团体促进大学生的快乐成长实务篇 团体心理辅导与咨询 第二章 学生团体心理辅导 第一节 赢在起跑线——新生心理适应团体心理辅导 第二节 我是幸运园丁——自我探索团体心理辅导 第三节 生命是条流动的河——生命教育团体心理辅导 第四节 有氧学习——有效学习团体心理辅导 第五节 与情绪共舞——情绪管理团体心理辅导 第六节 感情路上慢慢走——两性关系团体心理辅导 第七节 跨越七彩桥——人际关系成长团体心理辅导 第八节 彩绘生命蓝图，让梦想起飞——生涯试探团体心理辅导 第三章 学生团体心理咨询 第一节 生命中的暗礁——挫折团体心理咨询 第二节 向压力Say Hi!——压力调适团体心理咨询 第三节 勇敢上考场——考试焦虑团体心理咨询 第四节 风雨兼程——单亲家庭孩子团体心理咨询 第五节 真爱在明天——失恋团体心理咨询 第六节 网络双刃剑——“网络成瘾”团体心理咨询 第四章 团体心理工作坊 第一节 相逢是首歌——成长互助团体心理工作坊 第二节 青春纪念册——自我成长团体心理工作坊 第三节 朋友首日封——人际拓展团体心理工作坊 第四节 珍爱生命——生命教育团体心理工作坊 第五节 人际冲突你、我、他——情绪交通灯团体心理工作坊 第六节 园丁相聚，百花争艳——班主任团体心理工作坊 第七节 同一首歌——辅导员团体心理工作坊 第八节 心灵之光——身心灵全人健康成长工作坊 第九节 岁月如歌——中老年教师团体心理工作坊 第十节 阳光海岸——师生合作与互助团体心理工作坊 第十一节 伴你同行——贫困学生成长团体心理工作坊 后记 参考书目

章节摘录

六、团体相关理论1.叙事与分析法所谓叙事心理治疗，是咨询者运用适当的方法，帮助当事人找出遗漏片段，以唤起当事人改变内在力量的过程。

叙事心理治疗对“人类行为的故事特性”，即人类如何通过建构故事和倾听他人的故事来处理经验感兴趣。

叙事疗法认为，人类活动和经历更多的是充满了“意义”和故事，而不是逻辑论点和法律条文，它是交流意义的工具。

人类学家布鲁纳指出：“故事一开始就已经包括开始和结束，因而给了我们框架，使我们得以诠释现在”。

当事人在选择和述说其生命故事的时候，会维持故来访者要的信息，符合故事的主题，但往往也会遗漏一些片段，为了找出这些遗漏的片段，咨询师会帮助当事人发展出双重故事。

例如，有学生在叙事治疗中谈到“他的问题故事”，而咨询师会引导他说出另一段他自己不曾察觉的部分，进而帮助他自行找出问题的解决之道，而不是咨询师直接给予建议。

也就是在咨询过程中唤起当事人生命中曾经活动过的、积极的东西，以增加其改变的内在能量。

在叙事心理治疗中，咨询师最常问的一句话是：“你是怎么办到的？”

随后，会将焦点放在当事人曾努力过的，或他内在的知识和力量上，引导他走出自己的困境。

2.黑色轰炸法黑色轰炸法，即寻找对方缺点，通过堆积对方的缺点，使成员认识到对方的不可取，起到如释重负的感觉，舒缓不良情绪。

## 后记

当今，教育工作者都非常关注对学生健全人格的培养，引导他们珍爱生命，学会感恩；协助他们了解自我，学会自尊；管理情绪，学会控制；人际交往，学会乐群；情感处理，学会选择。我作为一名心理健康教育工作者，能通过团体的方式在这些方面做点事是非常高兴的。

在团体中，我和成员们共同体验、共同感悟，快乐地成长。

我的工作是给学生们和老师们带来快乐，使他们的学习、工作和生活充满阳光。

几年来，我在愉快的工作中，形成了一系列的工作理念。

健康、关爱、成长这是我的第一个工作理念——教育学生的理念。

全校教职工关爱学生的身心健康，促使学生快乐成长。

“阳光心理学社”是我们学院的学生社团组织，学社的目的是“使健康者更健康，不健康者能得到及时的帮助，促进健康人格的发展”。

一批批阳光男生和阳光女生在这里成长，在帮助别人的过程中，他们自己也得到了能力的培养和心灵的成长。

为促使学生人格健全发展，我们采取多种途径进行心理健康教育工作，如：心理学专题讲座、心理健康教育系列讲座、心理测评、赏析心理电影、团体心理辅导与咨询、校园心理剧、朋辈心理辅导等。其中特别受学生欢迎的是团体心理活动。

团体活动分为三种形式：团体心理辅导、团体心理咨询和团体心理工作坊。

这便是本书的主要内容。

团体心理辅导主要目的是教育性和预防性。

团体心理咨询的目的是解决问题，促进成员心灵成长。

这两种形式的团体都要进行4~8次。

而团体心理工作坊兼顾前两种形式，只进行一次即可，3个小时左右。

编辑推荐

《校园心灵氧吧:学生团队心理辅导与咨询》：每一位学生都是一朵鲜花，每一朵鲜花都有直开的理由，在团体中，可以沐浴更多的雨露阳光……

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>