

<<心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787562141068

10位ISBN编号：7562141061

出版时间：2009-2

出版时间：西南师范大学出版社

作者：宋海娟，许鸣 主编

页数：212

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>

## <<心理健康教育>>

### 内容概要

本书针对高等职业院校大学生在日常学习和生活中常见的心理健康问题，针对高等职业院校大学生心理健康教育的特点，介绍了心理健康与人格完善、学习心理与调适、恋爱和性心理与调适、互联网与大学生心理与调适、毕业生择业心理及其调适、常见疾病的症状表现与调适、心理咨询等内容，对学校心理健康教育有重要参考价值。

## 书籍目录

绪论 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第一章 普通心理学基础 第一节 心理学概述 第二节 认识过程 第三节 情绪过程 第四节 气质和人格 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第二章 大学生的心理教育与人格完善 第一节 大学生的情绪问题与调控 第二节 大学生的意志品质培养 第三节 大学生的人格塑造 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第三章 大学生心理调节与潜能开发 第一节 认知调节 第二节 行为调节 第三节 自我分析与自我暗示 第四节 潜能开发的自我训练 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第四章 大学生的学习与调适 第一节 学习概述 第二节 大学生学习心理问题与调适 第三节 大学生学习心理问题的综合治理 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第五章 大学生恋爱和性心理问题与调适 第一节 恋爱心理问题与调适 第二节 性心理问题与调适 第三节 大学生性心理和恋爱心理教育 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第六章 互联网与大学生心理与调适 第一节 互联网的发展和影响 第二节 互联网与大学生 第三节 大学生网络心理 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第七章 毕业生择业心理障碍及其调适 第一节 毕业生常见择业心理障碍 第二节 避免择业心理误区, 树立正确就业观念 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第八章 大学生常见疾病的症状表现与调适 第一节 大学生常见的神经症症状表现及调适 第二节 大学生常见的人格障碍症状表现 第三节 大学生常见的精神性疾病 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]第九章 大学生心理咨询与心理健康 第一节 大学生心理咨询概述 第二节 心理咨询与治疗的理论方法 [复习思考] [活动建议] [视野拓展]附录 教育部关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见 教育部、卫生部、共青团中央: 关于进一步加强和改进大学生 心理健康教育的意见 关于进一步加强上海高校大学生心理健康教育的若干意见(试行) 普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要(试行) 教育部办公厅关于成立普通高等学校学生心理健康教育 专家指导委员会的通知 中国普通高等学校德育大纲

## 章节摘录

第一章 普通心理学基础 第一节 心理学概述一、心理科学的由来和发展心理学 (Psychology) 一词来源于希腊语中的两个词“灵魂 (Psyche)”和“学说 (Logos)”，原意是“关于灵魂的科学”。

远古时代，人们很难理解自身的结构和功能，因而认为“灵魂”是一种不生不灭的东西。

公元前4世纪，古希腊哲学家亚里士多德 (Aristotle) 就曾写过一本专门阐述心理现象的专著《灵魂论》。

他认为人有灵魂，甚至动物、植物也都有灵魂，人的灵魂只不过比动物、植物高级罢了。

后来一段相当长的时间内，人们对心理问题的探讨都是在哲学之中进行的。

由于哲学心理学缺乏实证科学的支持，因而无法使心理学成为一门独立科学。

19世纪中叶，西方的数学、生物学、解剖学和物理学等自然科学迅速发展，为科学心理学诞生奠定了决定性基础。

冯特将哲学心理学内容体系与自然科学的研究方法和实验技术结合起来，于1879年在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室，从而标志着心理科学的诞生和独立。

现代心理学在理论上已形成了基本的、作为一门科学的独立体系。

现代心理学分为基础理论和应用领域两方面的研究分支。

心理学的基础理论研究分支主要包括普通心理学、实验心理学、认知心理学、发展心理学、生理心理学、社会心理学、变态心理学和人格心理学等。

心理学的应用领域研究分支主要包括教育心理学、管理心理学、消费心理学、工业心理学、心理咨询学、法律心理学、心理测量学和临床心理学。

下面简单介绍几种心理学，以使大家对心理学有更广泛的了解。

## <<心理健康教育>>

### 编辑推荐

《心理健康教育》按照《意见》精神，囊括了大学生心理健康教育的任务和内容；同时针对学校心理健康教育模式，介绍了一些心理治疗、心理咨询的理论与手段。所以，《心理健康教育》涵盖了心理学的基本理论与常用手段。除此之外，《心理健康教育》同时关照了学校心理健康教育的特点，注重知识与教学要求的统一。针对学校心理健康教育中存在的健全、普及性不够的问题，《心理健康教育》单列心理咨询与心理健康一章，系统介绍心理健康教育活动的方法与技能，使老师和学生不但掌握心理健康的基本理论与概念，同时还能学会运用科学的、可操作的技能调适各种心理。

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>