

<<心理健康教育理论与方法研究>>

图书基本信息

书名：<<心理健康教育理论与方法研究>>

13位ISBN编号：9787562829218

10位ISBN编号：7562829217

出版时间：2010-11

出版时间：华东理工大学出版社

作者：孙时进，张海燕，陈增堂 主编

页数：300

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>

## <<心理健康教育理论与方法研究>>

### 内容概要

时代文明发展到今天，我们又面对另一种生存和发展的挑战——教育的全球竞争，而教育的最大的挑战在于：国民健全人格的培养。

古今中外，多少教育大家在探讨教育的目标时，无一不是高举发展人格的大旗。

人格教育与才能教育的均衡，公民精神的培养，完善个性的养成，比以传授知识为中心的学科兴趣培养更为重要。

当代人类的诸多追求从最宽泛意义的角度看，也就是“健康”两字。

世界卫生组织提出了健康定义，即健康不仅指肢体健康，而且还包括心理健康、社会适应良好和道德健康。

高校对心理健康教育目标的研究：基础目标是调适，即处理个体内部精神生活的各个方面及其相互关系，学会正确对待自己，接纳自己，化解冲突情绪，确立合适的价值志向，保持个人精神生活的内部和谐；处理个体与周围环境的关系，学会表现符合社会规范的适应行为，矫正不适应的行为，消除人际交往障碍，提高交往质量。

高级目标是发展，即引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，承担起生活的责任，扩展生活方式，发展建设性的人际关系，发挥主动性、创造性以及作为社会成员的良好社会功能，过积极而富有效率的生活。

因此，心理健康教育已经超越治疗性心理服务的范围，指向发展学生的健康人格，更加体现出教育为塑造全面人格的本义。

## &lt;&lt;心理健康教育理论与方法研究&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 高校心理健康教育理论研究 关于高校开设心理健康教育课程的几点思考 探索高校朋辈辅导的本土化发展 团体心理辅导在大学生思想政治教育中的应用 中国传统文化哲学视野下的心理咨询 浅析家庭经济困难学生的心理辅导 团体辅导在大学生领导力培养中的运用 建立健全大学生心理疏导机制研究 心理咨询师“无力感”的产生原因及对策分析 高校学生心理委员工作机制研究 辅导员社会支持、应对方式及其与主观幸福感的关系 当代大学生心理现象新特点的研究 民办高职大学生政治参与心理行为存在的问题与对策 浅谈女大学生就业困难的心理障碍及对策 团体辅导运用于高校辅导员工作的情况调研 中英高校心理咨询工作的比较及启示 坐而谈与起而行——高校心理咨询的作为 高职院校心理健康教育途径探索——学生团训师 基于心理弹性理论的毕业班学生心理健康问题探析 意义治疗在大学生心理健康教育中的运用 心理健康教育课程体系建构探析

第二篇 高校心理咨询的理论和技巧 闺蜜的星座之战——人际交往案例报告 共情在高职院校辅导员工作中的诠释和应用 高校心理咨询本土化的研究 试论当代大学生自我意识的偏差 一则预防性干预的实例 以学业成长为主题的团体心理辅导研究 巧用心理策略走进学生的心灵花园 关于隐喻在心理咨询中的运用 人际取向的心理治疗理论综述 优势视角下的婚姻危机干预 大学生人际疏离感及网络行为与网络成瘾倾向的关系 焦点解决短期咨询在高校心理辅导中的应用优势 绘画艺术疗法应用性研究综述 运用咨询案例分析当代大学生人际交往模式 当代大学生个案的现状分析 基于老子道家心理思想的心理咨询模式探讨 浅析心理教育团体和咨询团体的异同 一例大学生情绪困扰案例报告 聚焦取向心理治疗简介 萨提亚家庭治疗在高校心理咨询工作中的适用性分析

第三篇 高校心理健康教育实证研究 高职学生人格现状与培养 民办高职大学生无聊情绪现象探析 大学生心理健康现状及其解决对策 民办高校新生人格特征及差异分析 上海体育学院本科生心理健康状况调查 大学生心理幸福感研究 某高校学业适应不良大学生心理健康状况调查及对策 青少年情绪调节能力问卷的编制 大学生认知偏差问卷的编制及信效度检验 大学生外语学习心理焦虑的调查研究 大学生心理弹性水平及其与心理健康关系的研究 大学新生应付方式调查——以某校2009级本科生为例 医学研究生心理压力现状分析及应对措施 艺术类专业学生人格特质调查与研究 关于高职生心理现状特点的分析与对策

## 章节摘录

3.2加强与大学生的平等交流，建构师生和谐交流机制 建构和谐的师生交流机制，这是做好心理疏导工作的前提和基础。

具体来说，就是以诚挚、关怀和热爱的感情去感染大学生，特别是对待弱势群体学生和个别“问题”学生，诚恳宽厚、真心真意帮助他们，引起受教育者感情的共鸣，激发他们的理智感、道德感和美感，变消极情绪为积极情绪，使其思想认识得到升华。

教师以健康的情感去感染、教育、鞭策和激励学生，培养学生的积极心态，促进学生全面和谐发展。同时，要充分考虑到学生个体的差异性和特殊性，正确对待学生不同的思维方式和不同的需求，真正从不同个体出发，对不同个性特征的同学进行不同的教育，倡导促进人的个性充分、正确发展的价值取向，使不同层次、水平、志趣、爱好、性格特征的学生都能够充分展现自己、发展自己。

加强与大学生的平等交流是师生和谐交流的前提。

在交流中，要充分关注每一位大学生自身成长与发展的需要，关注他们的理想、信念、价值、情感的精神取向，宽容个性，认同差异，对大学生中的不同声音，不能简单地一概将之视为不和谐音而加以压制，而应寻根究底，找出症结所在。

要改变过去一味说教、灌输，采用更加人性化、个性化的方法，把我们要说的与学生想听的结合起来，让学生在平等的交流中获取信息。

通过平等交流、民主讨论的方式，引导大学生自我教育、自我管理、自我约束、自我服务，真正使广大大学生成为思想政治教育工作的主角。

3.3强化学生的心理能力，建构学生有效参与机制 所谓心理能力，即指大学生感知外界事物变化，控制自身情绪并强化自身意志的能力。

大学生必须强化自己的心理能力，因为只有心理能力强者才能在快速变化的社会中迅速调整自己，尽快找到适合自己的位置，而不至面对社会的快速变化惶恐不安或不知所措。

按照戈尔曼等人的观点，心理能力强者发展能力更强。

与其他同龄人相比，心理能力强者大多具有更大的发展优势。

不管是在个人生活还是在个人成就方面，心理能力强者均超过他人。

智力本身并不意味着生活的成功，中学的金牌得主完全可能成为平庸的大学生，而大学的金牌毕业生也未必就能在生活中获得成就。

戈尔曼等人还认为，大学所学的知识往往与现实生活中的能力相去甚远，这也就是为什么具有相同智力者在其社会发展上大不相同的原因。

事实上，拥有较强心理能力者大多能顺利排除外界的干扰，并在纷繁复杂的变化中充分利用自己的天分和智力才能。

学生是具有独立个性的人，高校提高心理疏导的能效要从发挥大学生的主体性入手，主动关心学生的发展，充分发挥学生的潜能，始终尊重大学生的人格和各种需求。

在坚持原则的基础上，少一点责备，多几分理解，多几分宽容，最大限度地激发大学生的积极性和创造性，让学生积极、主动、平等地参与到心理疏导工作中。

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>