

<<多元文化背景下的心理健康理论与实践>>

图书基本信息

书名：<<多元文化背景下的心理健康理论与实践>>

13位ISBN编号：9787562831761

10位ISBN编号：7562831769

出版时间：2011-12

出版时间：华东理工大学出版社

作者：朱育红

页数：323

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>

<<多元文化背景下的心理健康理论与实>>

内容概要

本书集中反映了上海高校近年来学生心理健康教育与咨询工作的现状和特点，以及心理健康教育与咨询工作者在理论学习、技术运用、调查研究、总结思考等方面专业化、职业化能力的锻炼和成长。内容涉及以下三大板块内容：为心理健康教育与咨询事业的后续发展提供了建设性、前瞻性的思考和探索。

第一，在心理健康教育理论研究中：既有高校心理健康教育与咨询定位的宏观思考，也有心理危机预防干预的社会化模式、心理健康公共课、大学生心理素质培养模式、学生社会担当的思索和辅导员身份角色的定位，还包含同伴关系、宿舍心理健康教育模式、学生心理自助组织等朋辈辅导模式运用的新探索。

第二，在心理咨询理论和技术方面：既有梦的理论和梦的心理原型分析、认知行为疗法、SFBT、归因等经典理论及技术的介绍与运用，也有静心冥想、曼陀罗绘画、LAC法等新兴技术及方法的应用，还有自创本土化心理咨询理论的应用与发展。此外，还有情绪管理、异性社交恐惧、哀伤辅导、危机干预等个案实例操作分析。

第三，在实证研究中：既有针对某一部分学生群体心理健康状况及特点的调查：如“90后的军校大学生、航海安全与航海类专业学生、新生、贫困生、低年级学生、研究生新生、医学院学生、高职学生等，也涉及辅导员群体，如职业倦怠及心理压力状况的调查研究。

总之，《多元文化背景下的心理健康理论与实践》有学生学习动机、主观幸福感、职业决策困难、生活健康状况、心理调试状况、人际关系、心理症状知觉等状况的描述研究，有团体心理辅导对社交焦虑、贫困生就业的干预研究，也有学生时间管理倾向与心理健康的关系、家庭教养方式与学生认知偏差的关系等研究，还有Kessler10在心理普查方面的运用、健康生活等应用，以及大学生群体与同年龄阶段非大学生群体的对比研究。

书籍目录

第一篇 高校心理健康教育的理论研究

- 对高校心理健康教育与咨询定位的再思考
- 中外大学生心理素质培养模式对财经类高校的启示
- 从心理咨询案例统计分析看当前学生心理健康状况
- 高校贫困大学生心理健康教育初探
- 梦的理论及其在动力治疗中的应用
- 社会担当——一个青少年犯罪研究的新视角
- 高职学生心理健康状况及成因研究
- SFBT在高校朋辈心理辅导中的应用
- 高职学生心理健康公共课的现状与发展
- 基于“引导讨论”的大学生团体心理训练研究
- 高校心理健康教育与危机预防干预的社会化研究
- 大学生职业能力培养中的团队拓展训练探究
- 一半是娘，一半是爹——谈辅导员心理角色的分裂与整合
- 关于同伴关系的综述及在职校生中的初步干预尝试
- 在大学生宿舍中开展心理健康教育工作的刍议
- 大学生心理自助组织的新探索——以“公众演讲训练营”为载体

第二篇 高校心理咨询的理论与技术

- 润水心理咨询理论的战略维度研究
- 亲子关系在大学生心理健康教育中的意义
- 论大学生愤怒情绪的自我管理应对策略
- 归因研究及其在心理咨询中的应用
- 释放压抑情绪摆脱情感困扰
- 浅析学生(个体)危机发生的心理过程——对一例危机个案的分析和思考
- 探析LAC法用于高职大学生心理健康教育的可行性
- 自恋人格的伦理文化观照
- 认知行为疗法在处理人际交往障碍中的应用
- 静心冥想的身心效应及在心理咨询中的应用
- 学生自我妨碍干预对策的研究与思考
- 团体心理辅导在心理咨询实践中的运用
- 我的心灵地图：曼陀罗绘画自省分析
- 一例大学班级哀伤辅导的设计、实施与反思
- 一起异性社交恐惧的案例报告
- 中国传统葬礼仪式的心理咨询方法分析和心理治疗作用探析
- “梦”与梦的心理原型

第三篇 高校心理健康教育的实证研究

- 高校辅导员职业倦怠状况的调查研究
- “90后”军校大学生心理健康状况及特点分析研究
- 大学生群体与同年龄阶段非大学生群体心理健康状态的比较研究
- 大学生心理症状知觉研究
- 大学生职业决策困难的调查与比较研究
- 家庭教养方式与大学生认知偏差的研究
- 医学生生活健康状况调查与干预对策研究
- 航海安全与航海类专业学生心理素质的关联
- 上海某高校学生心理调适状况调研报告

新时期辅导员心理压力的研究

高职生时间管理倾向及其与心理健康关系的研究

政法院校大学生主观幸福感现状调查与研究

凯斯勒10量表在研究生新生心理健康普查中的应用

大学新生学习动机的现状与教育策略

团体心理咨询——高职院校贫困生就业心理危机干预的有效途径

大学新生三类人际关系分化特征的研究

舞动心理团体辅导对大学生社交焦虑的干预研究

大学新生心理健康状况调查——以上海某高校为例

章节摘录

(一) 退让的执行 退让是一种战略,关于退让,《周易·遁卦》云:“天下有山,遯。君子以远小人,不恶而严。”

”大意为:天下有山,山在下高起而又止,天在山,上进而相违,正是遯之象。

君子观遯之象,受到启发,知道了应该如何远小人的问题。

在遯的时候,远小人的最好办法就是“不恶而严”,即以礼相待,但坚守原则不让步。

理解这句话的关键是确定小人是什么。

涧水疗法认为人心的烦恼是因为人内心的执著性覆盖了主动性。

贪是执著性的一种基本的表现形式,其特点是眷恋应当放弃的利益,如不义之财等。

退让的基本要求就是放弃一些现实利益。

既然这些现实利益应当放弃,那么眷恋它即为一种贪婪。

“不恶而严”在这里即演绎为如何与人内心的贪恋作斗争的问题。

1. 宽容 涧水疗法认为人心是欲望的舞台。

宽容首先意味着当事人尊重受压抑欲望的存在价值,尊重它的表达冲动。

这些冲动经常表现为一些自动想法、随意念头。

宽容就是要提供一个空间让这些想法、念头栖息,不妄加指责它们。

黑格尔说:“一个恶徒的犯罪思想也比天堂里的奇迹更伟大、更崇高。”

是说这个恶徒有犯罪的思想,生性本来也很恶劣,但他如果控制住自己的本性没有去犯罪,这个人就很了不起。

其次,当事人放弃某些欲望时常出现悔恨,恨自己曾经的“过失”,如过去没有好好读书、过去没有能珍惜某人的情感等。

宽容也意味着善待自己的“过失”,无条件地接受现实。

最后,当事人放弃某些欲望的时候对一些重要关系人心怀憎恨,认为正是别人的“捣乱”或者“不帮忙”,才导致自己不得不作出退让的选择。

宽容也意味着当事人停止对这些人的憎恨,理解他们的行为,友好地与他们相处。

因为纵使自己有错,他人有错,憎恨自己、憎恨他人于事无补,只是徒增烦恼。

2. 自律 人虽然在理智上作出了放弃某种现实利益的决定,但内心常反复。

他们内心深处依然期待现实利益的实现,依然期待做些什么促进现实利益的实现。

这个时候,人需要加强自律,控制住自己的欲望与冲动;否则将前功尽弃,再次陷入烦恼之中。

怎么控制?

《黄帝阴符经》云:“九窍之邪,在乎三要,可以动静。”

”大意为:人要入歧途,一定要管理好自己的眼睛、耳朵和嘴巴。

具体为:眼睛不看与欲望有关的事物,耳朵不听与欲望有关的事物,嘴巴不提与欲望有关的事物。

《黄帝阴符经》又云:“心生于物,死于物,机在目。”

”大意为:心生于物欲、死于物欲,关键是眼睛。

因此,自律的关键是非礼勿视,不看不利于自律的事物,看有助于自律的事物。

越王勾践的卧薪尝胆就是其中的代表--勾践何尝不想享受,但他用卧薪尝胆的方法成功抑制自己享受的欲望,励精图治,实现超越。

.....

编辑推荐

孙时进、朱育红主编的《多元文化背景下的心理健康理论与实践》共收集了上海26所高等院校提交的51篇论文，内容涉及心理健康教育理论研究、心理咨询理论与技术探讨、心理健康相关调查及实证研究三大板块。

本论文集集中反映了上海高校近年来学生心理健康教育与咨询工作的现状、学生心理健康和心理素质的状况及特点，心理健康教育与咨询工作者在理论学习、技术运用、调查研究、总结思考等方面专业化、职业化能力的锻炼和成长。

它既总结了以往的经验、提升了理论，又为心理健康教育与咨询事业的后续发展提供了建设性、前瞻性的思考和探索。

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>