

《大学生心理卫生 迈向21世纪的通》

图书基本信息

书名：《大学生心理卫生 迈向21世纪的通行证》

13位ISBN编号：9787810406529

10位ISBN编号：7810406523

出版时间：1999-08

出版社：中国矿业大学出版社

作者：钱焕琦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

内容概要

内容提要

本书广泛吸取近年来国内外心理卫生研究的新成果、综合运用多学科知识、围绕大学生的心理发展特点和生活实际以及常见的心理障碍问题展开阐述，注重提供科学、有效和实用的心理卫生方法，以帮助大学生增进社会适应能力和培养健全的人格。同时，本书对于高校心理卫生工作的发展策略提出了建设性意见。本书可作为大学生心理卫生课教材，亦适于大中专以上学生及教育工作者阅读。

书籍目录

目录

前言

第一章 心理学概观

一 心理学的发展历史

- (一) 心理学界说的发展
- (二) 心理学发展的源头
- (三) 科学心理学的诞生

二 心理学的研究领域

- (一) 现代心理学的主要理论取向
- (二) 现代心理学的研究主题
- (三) 现代心理学的分类

第二章 心理卫生思想的渊源与发展

一 西方古代心理卫生思想

- (一) 注重生理遗传因素对精神健康的影响
- (二) 重视家庭和学校教育在心理卫生中的作用
- (三) 逐渐认识到人际关系对于心理保健的意义
- (四) 初步形成心身物相统一的心理卫生整体观

二 中国古代心理卫生思想

- (一) 提倡形神兼养、以神卫形
- (二) 主张以理制情、情欲适度
- (三) 主张以静御躁、精神内守
- (四) 倡导藏息相辅、劳逸适度
- (五) 重视四气调神、顺应自然
- (六) 关心生长壮老、阴阳调理
- (七) 强调以德为上、修身养性

三 现代心理卫生运动的兴起和发展

- (一) 现代心理卫生运动的兴起
- (二) 现代心理卫生运动的发展
- (三) 中国心理卫生事业的复苏和发展

第三章 大学生心理发展的水平和特点

一 关于青年期和青年发展理论的研究

- (一) 关于青年期的研究
- (二) 关于青年发展理论的研究

二 影响大学生心理发展的因素

- (一) 生物遗传和生理发育因素
- (二) 社会环境因素
- (三) 学校教育因素
- (四) 大学生心理发展的根本原因

三 大学生心理发展的水平和特点

- (一) 大学生在青年期所处的阶段
- (二) 大学生的心理发展水平
- (三) 大学生心理的一般特点

第四章 大学生心理健康水平的评价

一 心理健康的标准及其理解和运用

- (一) 心理健康标准的若干论述
- (二) 大学生心理健康的标准
- (三) 对于心理健康标准的理解和运用

二 大学生心理健康的现状分析

- (一) 抽样调查显示的大学生心理健康状况
- (二) 主动求询者的心理疾患状况

三 大学生心理疾病的直接致因

- (一) 环境应激问题
- (二) 与自我有关的不适应
- (三) 人际关系和人格中的问题
- (四) 与性有关的不适应
- (五) 其他原因

第五章 心理异常及其致因

一 心理异常的判断

二 心理异常的表现

- (一) 焦虑症
- (二) 体化症
- (三) 解离症
- (四) 性心理异常
- (五) 情感症
- (六) 精神分裂症
- (七) 人格异常

三 心理异常形成的原因

- (一) 生物遗传因素
- (二) 心理社会因素

第六章 心理咨询和心理治疗

一 心理咨询和心理治疗的异同

- (一) 心理咨询和心理治疗的内涵
- (二) 心理咨询和心理治疗的区别及联系

二 心理咨询的意义

- (一) 人类认识自身的需要
- (二) 建设社会主义精神文明的需要
- (三) 人们适应社会生活和自我完善的需要
- (四) 大学生成才的需要

三 我国心理治疗的理论和实践

- (一) 我国古代心理治疗的思想与实例
- (二) 气功疗法
- (三) 疏导心理疗法
- (四) 娱乐疗法

四 西方心理治疗的理论流派和方法

- (一) 精神分析疗法
- (二) 行为治疗法
- (三) 人本治疗法
- (四) 认知治疗法

五 群体咨询

- (一) 群体咨询的内涵
- (二) 群体咨询的发展和现状
- (三) 群体咨询的应用

第七章 特殊阶段大学生的心理矛盾及其调适

一 大一新生的心理矛盾及其调适

- (一) 心理矛盾和冲突
- (二) 心理矛盾的调适

二 大学毕业生的心理矛盾及其调适

- (一) 心理矛盾和冲突
- (二) 心理矛盾的调适

三 职业生活的适应

- (一) 新角色转换的建立过程
- (二) 尽快进入职业角色

第八章 女大学生的心理保健

一 女大学生的心理矛盾和冲突

- (一) 传统观念和现代意识的冲突
- (二) 理想主义和现实主义的并存
- (三) 自尊自强和自卑依赖的交织
- (四) 社会角色和家庭角色的矛盾

二 女大学生的心理异常及其表现

- (一) 抑郁症
- (二) 神经衰弱
- (三) 焦虑反应
- (四) 变态人格
- (五) 自杀行为
- (六) 性心理畸型

三 影响女大学生心理正常发展的因素

- (一) 社会客观因素
- (二) 主观心理因素

四 促进女大学生发展的教育对策

- (一) 辩证地认识事实上的男女平等
- (二) 客观分析女大学生分配难的问题
- (三) 重塑形象以主动适应市场经济的挑战

第九章 性心理健康和性道德培养

一 性成熟带来的心身变化

- (一) 性机能的成熟
- (二) 性成熟对心理的影响

二 理智地选择恋爱期

- (一) 恋爱期选择反映大学生的自我修养水平
- (二) 爱情并非神秘莫测和不可把握
- (三) 恋爱期选择的前提

三 正确对待性问题

- (一) 性欲望和性冲动
- (二) 自慰行为

四 婚前性行为的发生及其不良后果

- (一) 婚前性行为发生的心理因素
- (二) 婚前性行为发生的危害

五 提倡性爱的道德责任

- (一) 表现在爱情的动机方面
- (二) 表现在对所爱者方面
- (三) 表现在处理爱情与学业的关系方面
- (四) 表现在爱情的表达方式方面
- (五) 表现在理智地对待失恋方面

六 警惕性病与艾滋病的发生和蔓延

- (一) 性传播疾病
- (二) 艾滋病

(三) 预防性传播疾病的一般原则

第十章 高校心理卫生工作

一 国内外高校心理卫生工作考察

(一) 国外高校的心理卫生工作

(二) 港台地区高校的心理卫生工作

(三) 我国大陆高校的心理卫生工作

二 我国高校心理卫生工作的发展策略

(一) 确立以提高心理素质为目的的心理教育思想

(二) 心理卫生与德育工作的有机结合

(三) 建立心理卫生三级保健网络

(四) 开展多样化的心理卫生工作

附录 心理咨询中常用的自评量表

气质测验

考试焦虑测验

焦虑自评量表 (SAS)

抑郁自评量表 (SDS)

临床症状自评量表 (SCL-90)

大学生人格健康调查表 (UPI)

主要参考文献

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:www.tushu000.com