

<<大学生心理健康理论与方法>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康理论与方法>>

13位ISBN编号：9787010077642

10位ISBN编号：7010077649

出版时间：2010-1

出版时间：人民出版社

作者：胡凯

页数：319

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>

<<大学生心理健康理论与方法>>

前言

“高校辅导员专业化”丛书，是教育部重大课题“高校辅导员队伍建设研究”、全国高校思想政治教育研究会重点课题“高校辅导员工作专业化研究”的最终成果。

丛书的基本宗旨是，以马列主义、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系为指导，以当代社会与大学生学习、生活实际为基础，以我国民族文化为背景，以发达国家相关学科知识为借鉴，以促进大学生全面发展为目标，旨在探索、形成有中国特色大学生思想政治教育理论与方法体系，实现高校辅导员工作专业化与科学化，培育大学生良好德性与非智力因素，与智育紧密结合开发人才资源。

丛书的出发点与落脚点是满足大学生成长成才需要，并根据大学生的这一根本需要，研究思想政治教育学科的发展和高校辅导员队伍的职能实现。

成长成才是大学生发展的主线，也是辅导员工作的根本任务与目标。

大学生成长成才的过程，既是个体不断学习、选择、提高的自主性过程，也是个体不断认识、适应、推进社会发展的社会化过程。

在当代社会条件下，一切领域都呈现学科化与科学化的发展趋势，所有群体都有开展竞争与自主创新的诉求。

这样的时代背景，既需要大学生不断调节、改变政治文明、知识学习、实践锻炼、自主创新、人际交往、环境适应、择业创业、心理状态、网络生活、恋爱婚姻等实际生活的自发性、经验性状况。

<<大学生心理健康理论与方法>>

内容概要

《大学生心理健康理论与方法》以马列主义、毛泽东思想和中国特色社会主义建设的理论体系为指导，以思想政治教育学、普通心理学、教育学、心理卫生学等学科的知识为基础在探讨大学生心理素质健康发展的重要性、紧迫性、途径和方法的基础上，针对当代大学生的心理健康状况及心理素质健康发展的主要问题，站在培养全面发展高素质人才的战略高度，构建了以提高大学生心理素质、促进其全面发展为目标的心理教育模式。

《大学生心理健康理论与方法》着重论述了心理素质及心理健康标准、中国有关心理的知识与方法及西方主要心理学理论与方法的借鉴，并在分析当代大学生心理状况与特点的基础上，提出了大学生心理健康教育与心理咨询的指导思想，阐述了大学生心理健康教育与心理咨询的实施、大学生心理危机及其干预、大学生自我心理保健及心理测量与评估的理论与方法。

<<大学生心理健康理论与方法>>

作者简介

胡凯，女，1952年出生，教授，博士生导师。

中南大学政治学与行政管理学院教授委员会主任，中南大学湘雅医学院大学生心理健康教育中心主任，湖南省大学生心理健康教育专家委员会常务委员。

长期从事大学生心理咨询、心理健康教育与思想政治教育。

湖南省优秀教师、湖南省高校模

<<大学生心理健康理论与方法>>

书籍目录

总序第一章 心理素质及心理健康标准 一、心理及心理素质 (一) 心理与心理学 (二) 心理过程体现的心理品质 (三) 个性心理体现的心理品质 (四) 心理与心理品质的本质 二、国外心理学家关于心理健康标准的研究 (一) 国外心理学界关于心理健康的定义 (二) 国外心理学家关于心理健康的人格模式 三、我国心理学界关于心理健康标准的研究 (一) 我国心理学界关于心理健康标准的各种观点 (二) 心理健康的一般标准及大学生心理健康标准第二章 中国有关心理的知识与方法 一、中国传统文化中有关心理修养的知识与方法 (一) 儒家重社会教化、自我修养的身心修养模式 (二) 道家重顺其自然、淡泊名利的身心修养模式 (三) 释家重自戒自悟、超越自我的身心修养模式 (四) 法家重外部制约、自审自律的身心修养模式 (五) 其他方法 二、中国现代心理咨询的理论与方法 (一) 认知领悟疗法 (二) 道家认知疗法 (三) 其他方法 三、思想政治教育中有关的心理调适与修养方法 (一) 疏导教育方法 (二) 个别谈心方法 (三) 思想修养方法第三章 西方主要心理学理论与方法的借鉴 一、西方主要心理学知识的借鉴 (一) 精神分析理论及心理治疗方法 (二) 行为主义的心理学理论及心理治疗方法 (三) 人本主义心理学理论及心理治疗方法 (四) 认知治疗与认知行为疗法 二、西方心理学知识借鉴的运用 (一) 西方心理学知识要与中国民族文化相协调 (二) 西方心理学知识要与中国大学生实际相结合第四章 大学生的心理状况与特点 一、大学生心理发展的阶段与特点 (一) 大学生心理发展的阶段 (二) 大学生心理发展的特点 (三) 当代大学生心理发展的时代特征 二、大学生中存在的主要心理问题 (一) 心理问题的层次性 (二) 轻度心理失衡 (三) 一般性心理障碍 (四) 心理疾病 三、心理问题存在的主要原因 (一) 客观原因 (二) 主观原因 四、大学生心理问题的个体差异第五章 大学生心理健康教育与咨询的理论和原则第六章 大学生心理健康教育的实施第七章 大学生心理咨询的实施第八章 大学生心理危机及其干预第九章 大学生自我心理保健第十章 大学生心理测量与评估主要参考文献后记

<<大学生心理健康理论与方法>>

章节摘录

插图：2.情绪情感过程及其心理品质人们总是抱着自己的某种需要去认识和反映客观事物，在认识过程中，总会产生一种态度上的体验，如满足了需要，达到了目的，则产生一种愉快的、肯定的、积极的态度体验；反之，则产生一种不愉快的、否定的、消极的态度体验。

这种由于需要是否满足而产生的态度上的体验，就是情绪情感过程。

情绪和情感是客观事物是否符合人的需要、愿望、观点而产生的态度体验。

同是对客观事物的反映形式，情绪和情感不同于认知过程，认知过程是对客观事物本身的反映，而情绪和情感反映的则是客观事物与人的主观需要之间的关系，是一种主观的体验。

对客观事物产生什么样的情绪，取决于主体与客观事物之间是一种什么样的关系，取决于主体的态度。

不同的人对同样的事物，或者同一个人不同的时间、地点条件下，对同一件事的主观感受可能很不相同。

情绪和情感都是对需要满足状况的心理反映，同属于感情性心理活动的范畴，是同一过程的两个方面。

情感是对感情性过程的体验和感受，情绪是这一体验和感受状态的活动过程。

情绪与情感既难以分割又有着明显的区别，它们之间的区别表现在：一是情绪与情感的产生基础不同。

情绪是与生理需要是否得到满足相联系的心理活动，情绪的产生始终与需要（特别是生理需要）、机体的活动、感知觉相关联。

情绪是原始的，是人和动物（尤其是高级动物）所共有的。

情感是与社会性需要是否得到满足相联系的心理活动，情感的产生主要与社会认知、理性观念及观点等相联系，是人类特有的心理活动。

情感带有显著的社会历史制约性，是人的社会化的重要组成部分和标志。

二是情绪与情感的稳定性不同。

情绪具有情境性、不稳定性与浅显性，它随情境或一时需要的出现而发生，也随情境的变迁或需要的满足而较快地减弱或消逝。

而情感是对事物态度的反映。

<<大学生心理健康理论与方法>>

编辑推荐

《大学生心理健康理论与方法》：高校辅导员专业化丛书

<<大学生心理健康理论与方法>>

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>