

<<大学生朋辈心理咨询手册>>

图书基本信息

书名：<<大学生朋辈心理咨询手册>>

13位ISBN编号：9787306036964

10位ISBN编号：7306036963

出版时间：2010-8

出版时间：中山大学出版社

作者：吕燕青 编

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>

## <<大学生朋辈心理咨询手册>>

### 前言

近年来,大学生所承受的来自生活、学业、就业、情感和人际关系等方面的压力越来越大,人际关系紧张、价值取向迷茫、角色紊乱和不适、社会适应不良等不同领域、不同层次交织在一起的问题,不同程度地影响着大学生的心理健康。

有一部分学生遇到问题时,不能及时、主动地寻求帮助,导致心理困扰发展为心理障碍,有的甚至选择轻生,给亲友带来极大的痛苦。

面对大学生心理问题的多元化和个性化,单靠高校专业心理咨询老师的力量无法及时有效地缓解学生心理咨询需求量大的压力。

据中国青少年研究中心的报告显示,当大学生有了心理问题的时候,首先选择的是向朋友倾诉(79.8%),接下来的依次是向母亲(45.5%)、同学(38.6%)、恋人(30.9%)、父亲(22.5%)、同龄亲属(15.8%)倾诉,选择向心理咨询老师倾诉的仅占3.2%。

由此可见,大学生更愿意向朋友、同学倾诉心理困惑。

根据青少年进入青春期后的心理特点,大学生在遇到心理困惑时往往喜欢向同龄人打开心扉,相互交谈、倾诉烦恼。

同学之间容易沟通、接纳,也更容易引起共鸣,这是成年人无法代替的。

朋辈心理咨询虽然不属于专业心理咨询,但朋辈之间自然性的鸿沟小、防御性低、共通性大、互动性高,具有先天的优势,是对高校专业心理咨询的有益补充。

## <<大学生朋辈心理咨询手册>>

### 内容概要

《大学生朋辈心理咨询手册》针对高校大学生朋辈心理咨询工作开展的现状、大学生朋辈心理咨询员的角色特点编写而成，将心理咨询理论技能、大学生心理健康教育、朋辈心理咨询三者有机融为一体，构建了大学生朋辈心理咨询理论知识和操作技能体系，旨在为大学生朋辈心理咨询员学习和掌握基本的心理咨询理论和技能提供一定的指导，同时有助于朋辈心理咨询员熟悉大学生的身心发展特点，更好地掌握助人的理念和技能，做到“助人自助”。

《大学生朋辈心理咨询手册》注重科学性和实用性的结合，分为上下两编。

## <<大学生朋辈心理咨询手册>>

### 书籍目录

上编 心理咨询理论基础第一章 心理咨询概述 第一节 心理咨询的概念 第二节 心理咨询的基本原则 第三节 心理咨询的一般过程 第四节 心理咨询的辅助形式 第五节 心理咨询记录的整理和保管第二章 心理咨询师 第一节 心理咨询员的职业守则 第二节 心理咨询员的专业素质 第三节 心理咨询员应注意的问题第三章 来访者 第一节 心理正常与心理异常 第二节 心理健康与心理不健康 第三节 心理咨询的对象第四章 团体心理咨询 第一节 团体心理咨询的概念 第二节 团体心理咨询的过程 第三节 团体活动附：团体领导者的评量表 团体活动成员自我评量表 团体满意度评量表下编 大学生心理健康教育第五章 大学生心理健康新概念 第一节 大学生与心理健康 第二节 大学生心理健康的维护 第六章 大学生朋辈心理咨询 第一节 朋辈心理咨询概述 第二节 朋辈心理咨询员的选拔和培训 第三节 朋辈心理咨询的基本技能 附：朋辈心理咨询状况调查表 朋辈心理咨询员自评问卷 朋辈心理咨询员态度问卷 第七章 大学生心理压力和个案分析 第一节 大学生心理压力概述 第二节 大学生个案分析和成长自助 第八章 大学生危机干预和自杀的预防 第一节 大学生危机干预概述 第二节 大学生自杀的预防附录一 心理测试量表及分析 自我和谐量表(SCCS) 社会支持评定量表 考试焦虑自我检查量表 人际关系综合诊断量表 自杀态度问卷(QSA) 霍兰德的职业爱好问卷附录二 咨询心理学基础知识题集参考文献 后记

## <<大学生朋辈心理咨询手册>>

### 章节摘录

插图：2.沟通背景信息通话后，首先要了解求助者有关的背景信息。

这些情况直接关系到求助者的问题性质，同时直接涉及沟通的方式，以及咨询员的评议表达方式。

特别要弄清年龄，因为求助者的心理问题往往有年龄阶段性，不同的年龄沟通方式也不同。

有时候，咨询员也需要介绍电话咨询的基本特点。

比如，有的求助者把电话咨询与电台的电话热线混同。

这就需要咨询员说明电话咨询的保密性，告知其不会有第三者知道通话内容，以此来消除求助者的顾虑。

3.耐心倾听诉说背景信息沟通过后，可以进入实质性问题的沟通。

在电话咨询中，咨询员更要学会倾听，更要重视倾听，这是由电话咨询的特点决定的。

由于电话咨询的特点，只能通过听觉信息来传达咨询员对求助者的理解和关注。

比如，在求助者诉说的时候，咨询员要不时地用“嗯”、“噢”、“是的”等，来表示你的专注倾听和理解。

还可以用自己的话复述求助者刚刚说过的话，表明你听懂了。

在求助者词不达意的时候，如果已经理解他想表达的意思，还要帮他说出来。

如果并非第一次电话咨询的，咨询员能够听出求助者的声音，并概述他上次的问题，也会让他拥有一种信赖感。

## 后记

《大学生朋辈心理咨询手册》从2007年开始写作，至今已逾三年，在本书完成之际，内心除了欣喜，更有深深的感激之情。

我要衷心感谢广东省高校学生工作专业委员会的专家领导，感谢我的现任领导中山大学学生处漆小萍处长和哲学系党总支李善如书记，正是他们对本书的悉心指导和大力支持，使我有信心有能力坚持到底。

我还要感谢我的学生们，感谢他们对我的信任、鼓励和支持，与我分享成长路上的喜怒哀乐，而这也考验着我的专业知识和能力，督促着我不断地思考和学习。

感谢哲学系逻辑学专业2009级杨鹏、苏叹平，法学院2007级郭淑仪三位同学，正是他们利用业余时间帮我搜索最新的资料、整理编辑校稿，使本书得以顺利完成。

感谢我的助理辅导员王萌，助理辛逸、詹捷宇、陈静，在编写期间，他们承担了我大量的事务性的工作，使我能够在繁重的工作之余放心地投入编写工作。

在此，我深深地感谢所有关心和给予《大学生朋辈心理咨询手册》无私帮助的领导老师、同学们！

在本书编写过程中，参考了诸多专家的研究成果、大量书籍文献，但由于篇幅所限及记忆疏漏，未能一一列出和注明，在此，我谨向在本书中被提名或未被提名的引文作者表示诚挚谢意和深深歉意。

由于经验不足，水平有限，书中难免有疏漏之处，恳请广大读者包涵并提出宝贵意见和建议，以便进一步研究和完善。

<<大学生朋辈心理咨询手册>>

编辑推荐

《大学生朋辈心理咨询手册》是高校学生事务管理丛书之一。

<<大学生朋辈心理咨询手册>>

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>