

<<大学生心理成长进行时>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理成长进行时>>

13位ISBN编号：9787501965076

10位ISBN编号：7501965072

出版时间：2008-7

出版时间：中国轻工业出版社

作者：王民忠，郭广生 主编

页数：295

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>

## <<大学生心理成长进行时>>

### 前言

辅导员是高校教师队伍的重要组成部分，是开展大学生思想政治教育的重要力量，承担着培养人、教育人的重要职责，对学生的成长起着至关重要的作用。

进一步加强和改进大学生思想政治教育，关键是要切实加强辅导员队伍建设。

为此，教育部于2006年7月23日颁布了《普通高等学校辅导员队伍建设规定》，并于2006年9月1日起开始施行。

随着我国教育改革的深入，大学生思想政治内容和工作方法有了新发展，心理辅导已成为大学生思想政治教育工作的主要内容。

高校辅导员工作在大学生心理辅导的第一线，他们最能贴近大学生的生活，把握大学生的心理，了解大学生的心理诉求。

为大学生提供学习、生活、情感和就业等方面的心理辅导，引导他们在大学里健康成长就毋庸置疑地成为辅导员的一项重要工作任务。

辅导员心理辅导水平的高低，影响着大学生思想政治教育的效果，影响到人才培养目标的实现。

因此，要根据辅导员的工作职责和要求，对辅导员队伍开展相关的包括心理辅导在内的业务培训，同时要研发相应的配套教材。

经过近两年的精心准备，由北京高校毕业生就业指导中心联合首都多所高校心理咨询中心二十余位多年奋战在大学生心理健康和心理咨询工作一线上的教师精心写作，共同完成的《大学生心理成长进行时》，是作为首善之区的首都教育工作者在高校辅导员心理辅导工作方面率先进行的一次有益的尝试旨坏壶。

## <<大学生心理成长进行时>>

### 内容概要

这是一本献给高校辅导员和大学生的书。

全书包括绪论、适应篇、学业篇、人际关系篇、恋爱篇等九篇内容，除了绪论和辅导员篇外，其余七篇中共涉及大学生心理咨询案例三十四个，这些案例均根据近年来高校大学生中的真实案例改编而成，其中共涉及倾听、共情、具体化等基本心理咨询技术，由于读者群大多是非专业人士，作者编著时力求做到心理咨询专业知识通俗化，对于案例中涉及的心理咨询技术都做了通俗易懂的解释。

另外案例描述中还介绍了一些心理咨询的小常识，可以帮助读者更好地了解心理咨询，扩充知识面。

此外，典型案例后面推荐了有关书籍和电影，旨在帮助辅导员和大学生更好地理解相关主题的内容。

绪论篇介绍大学生心理健康基本状况，辅导员篇回到辅导员自身，主要介绍其与心理辅导工作有关的工作的定位、职责、要求等。

最后附录部分包括实用测量工具、由我中心委托北京师范大学心理学院专门针对大学生群体开发的《大学生心理健康测评软件》简介、北京地区心理咨询机构信息和大学生心理健康教育推荐网站。

这些也是为高校辅导员和大学生提供更多的专业资源。

## <<大学生心理成长进行时>>

### 书籍目录

- 绪论适应篇 导言 典型案例 (一) 我适应不了大学生活, 该怎么办?  
(二) 再独立的你也有需要帮助的时候 (三) 这就是我梦想中的大学吗?  
(四) 怎么没有人管我了?  
佳作佳片推荐学业篇 导言 典型案例 (一) 考试焦虑背后的故事 (二) 强加的专业, 怎能让我爱上你 (三) 为什么我的辉煌不再?  
(四) 学习成绩就是我的一切 (五) 怎样能让我的心留在书本上 (六) 网络背后的秘密 佳作佳片推荐自我意识篇 导言 典型案例 (一) 我是一个完美的假人?  
(二) 我已经很认真了, 为什么还是原来的样子?  
(三) 我在逃避什么呢?  
(四) 我为什么害怕黑暗?  
佳作佳片推荐人际篇 导言 典型案例 (一) 我怎么不再开朗了?  
(二) 我只跟兴趣爱好相同的人交往, 错了吗?  
(三) 我哪里得罪他们了?  
(四) 同学们为什么都不喜欢我?  
(五) 我真的高高在上吗?  
(六) 我讨厌和人交往怎么办?  
佳作佳片推荐恋爱篇 导言 典型案例 (一) 这是爱情吗?  
(二) 我为什么找不到女朋友 (三) 我可怜又可恨的野蛮男友!  
(四) 我该不该和他分手?  
(五) 他为什么离开我?  
(六) 我是不是一个坏男孩儿?  
佳作佳片推荐就业篇 导言 典型案例 (一) 求职中的心理战 (二) 工作, 有时也是一种逃避 (三) 我到底适合做什么工作?  
(四) 在机遇中做出职业规划 佳作佳片推荐生命篇 导言 典型案例 (一) 生命不能承受之轻 (二) 校园网上的微笑死亡帖 (三) 我一定要战胜病魔 (四) 生与死之间 (五) 我现在每天都害怕得不敢睡觉, 怎么办?  
佳作佳片推荐辅导员篇 高校辅导员的心理辅导工作要求及伦理准则 高校心理健康教育体系及运作 高校危机干预系统及运作 佳作佳片推荐附录 附录一 实用测量工具 附录二 《大学生心理健康测评软件》简介 附录三 北京地区心理咨询机构信息 附录四 大学生心理健康教学推荐网站参考文献后记

## <<大学生心理成长进行时>>

### 章节摘录

四、大学生应该如何树立良好的自我意识1. 了解自我你能告诉我你是一个怎样的人吗？

如果问大学生这个问题，恐怕很大一部分人会说这不是一个一句两句就能回答的问题。

自我的复杂性决定了要了解自我并不是一件简单的事。

首先我们每一个人在生活中都承担着多重角色。

辅导员要让大学生认识到他们的多重角色。

在学校他们是学生，在家里他们是子女，在社会上他们是公民……如此多的社会角色，构成了一个大学生丰富的自我。

下面来看一位大三女生的自我描述：我是一个身体健康、活泼开朗、爱漂亮、喜欢唱歌、坚强、正直、自信、有理想、懂事、乐于助人、渴望成功与优秀、有一点娇气、喜欢撒娇、自制力弱的大学女生

。父母眼中：我是一个懂事、有些害羞、听话、上进的、不乱花钱、喜欢撒娇的女儿；同学眼中：我是一个热情、爱漂亮、乐于助人、好人缘、有些懒散、崇尚自由的人；老师眼中：我是一个开朗、正直、自信、有理想、品学兼优的学生；恋人眼中：我是一个温柔、幽默、热爱生活、有情趣的女孩儿。从上面可以看到自我的多层次，正是每一个既有优点又有缺点的“我”，构成了一个个鲜活的人物形象。

为了使学生对自我了解得更加全面，可以让学生进一步同身边的人沟通，比如他们的父母、老师、同学等，看看其他人评价的“我”和学生自认为的“我”有什么差异。

## <<大学生心理成长进行时>>

### 后记

春华秋实，寒来暑往，从2006年春天开始酝酿，到今年夏天，《大学生心理成长进行时》终于瓜熟蒂落，出版发行。

在北京市委教育工委、北京市教委等领导的关心支持下，在北京高校毕业生就业指导中心的精心组织下，北京部分高校二十余位多年奋战在大学生心理咨询工作一线的教师，亲密合作，并肩作战，从案例的选取、撰写、修改、点评再到咨询技术的贯穿使用，共同完成了这项具有开拓性和原创性的工作。

由于很多教师在各自的工作岗位上都承担了繁重的教学任务和咨询工作，所以只能挤出业余的休息时间来编写本书，一路走来，大家付出了巨大的心血，但“功夫不负有心人”，到今天，看到本书的出版，犹如看到自己的孩子从孕育到出生，每一位参与编写的人员都体会到了收获的幸福。

也许这就是苦尽甘来吧。

另外，编写本书的过程也是一个专业学习的过程，在此过程中，大家都感到在专业上获得了一次重要的成长。

本书内容具体分工如下：绪论由王智丽、普静、周婷丽、王学滨编写；适应篇由宋京晶、罗雪琼编写；学业篇由宋京晶、周密编写；人际篇由王智丽、普静、周婷丽编写；恋爱篇由普静、赵静、胡梅、罗雪琼编写；自我意识篇由普静、胡梅编写；就业篇由庄明科编写；生命篇由王倩倩、赵丽珠、刘迪编写；辅导员篇由狄涛、王达品、王智丽、刘金毫、刘艳华、钟锦编写，本书由王智丽、刘淑玲统稿，清华大学樊富珉教授、北京师范大学郑日昌教授、北京理工大学李林英教授、首都师范大学蔺贵瑞教授审稿。

<<大学生心理成长进行时>>

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>