第一图书网, tushu007.com

<<大学生团体辅导与团体训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生团体辅导与团体训练>>

13位ISBN编号：9787560740256

10位ISBN编号：7560740251

出版时间：2010-6

出版时间：山东大学出版社

作者：吴少怡 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

第一图书网, tushu007.com

前言

三十年来，我一直致力于高校学生教育工作，其中有十五年是在从事大学生心理健康教育和咨询工作。
在多年的实践中我发现，经过心理咨询师、辅导员的指导，大学生普遍增强了心理健康意识，也掌握了不少心理健康理论知识，在期末考试的试卷上分析别人的案例往往答得非常优秀，然而一旦涉及自身，往往很难真正去自我调整和提高。
在与一线学生辅导员交流后，我发现他们面对这个问题也感到棘手。
很多辅导员告诉我，他们每天苦口婆心地向学生讲述心理健康的“大道理”，但是课堂气氛往往比较沉闷，学生遇到心理困惑的时候还是比较被动。
在社会竞争日趋激烈、高等教育深化改革的今天，如何帮助学生解决这些心理问题，将心理健康知识转化成应对困难的能力，更好地面对社会竞争，成为当前大学教育亟待解决的难题。
经过长期研究我发现，在传统的教育模式下，固化的传授模式和僵化的思维方式无法帮助学生打开潜在的认知模式、培养独立思考的能力。
十年前通过一个偶然的机会，我参加了一系列团体课程培训，感觉团体训练能给参加训练体验的人带来改变，而且参加者的体验感受会随着时间和现实的发展发生更深层的变化，而这也许是解决前面问题的一种有效途径！
从2002年开始，我尝试在教学中应用团体训练这一方法。
课程收到了意想不到的效果——有些学生在参加课程前，愁眉紧锁，不愿主动谈话；课程结束后，我能够明显地感到一种可喜的“改变”，他们变得能够主动去表达和尝试，在人际交往中也不再像过去那样难为情。
我意识到，当前的教育教学偏重理论传授而不重视学生实践能力的培养，导致学生“满腹经纶”，但面对具体实际问题却通常手足无措，而团体训练的课程恰恰可以提高学生思考和解决问题的能力；另一方面，高校一对一的心理咨询方式仅限于对学生个体的帮助，并不能覆盖更广泛的学生群体，毫无疑问，团体训练的课程可以更充分地利用学校资源，帮助更多的学生完善和提高。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书旨在构建一整套团体训练体系，在提高各项人格特质的基础上，从整体上综合提升大学生的人格水平，促进其人格的成熟与完善。

本书的基本框架和方法是十三套方案，从三个层面去设计：第一个层面针对优秀学生，通过训练使其在尽可能短的时间里具备社会优秀人才所具备的素质，毕业后能够尽快融人社会，成为优秀人才；第二个层面针对大多数学生，通过训练使其人格更加完善，具有适应社会生活的基本能力，在以后成功完成人生的目标，获得更好的事业和人生；第三个层面针对目前存在困难的学生，运用特殊方法进行治疗性训练，使他们尽快走出困境，顺利融人正常的学习和生活中。

本书的成果是在大量的实践和理论研究基础上形成的，每一部分都力图展示一个新的视角和思路，从实践的角度提供最可行的解决方案，具备理论深度和全面系统的显著优势。

希望本书能够成为一个实用的工具，既能够为学生提供自我认识、自我把握的工具，促进人格完善和能力提升，也能够为高校从事大学生心理健康教育工作的教师、辅导员提供参考。

第一图书网, tushu007.com

<<大学生团体辅导与团体训练>>

书籍目录

第一章 大学生人格培养与团体辅导 第一节 大学生人格培养 第二节 团体辅导的基本理论 第三节 团体辅导的操作理论 第四节 团体治疗第二章 领导能力训练 第一节 领导力的相关理论 第二节 领导力训练方案第三章 大学适应 第一节 适应的相关理论 第二节 新生适应的团体辅导方案第四章 自信心提升 第一节 自信心相关理论 第二节 自信心提升训练方案第五章 学习能力提升 第一节 学习能力相关理论 第二节 学习能力训练方案第六章 意志力培养 第一节 意志力培养的相关理论 第二节 意志力培养训练方案第七章 人际能力提升 第一节 人际交往的相关理论 第二节 人际能力提升训练第八章 恋爱成长团体训练 第一节 情感发展相关理论 第二节 大学生恋爱成长训练第九章 情绪管理 第一节 情绪管理的相关理论 第二节 情绪管理训练方案第十章 生命教育 第一节 生命教育的相关理论 第二节 生命教育训练方案第十一章 压力应对 第一节 压力应对的相关理论 第二节 压力应对训练方案第十二章 个人成长 第一节 个人成长的相关理论 第二节 个人成长训练方案第十三章 网络健康团体训练 第一节 网络教育的相关理论 第二节 网络健康教育训练第十四章 职业生涯规划团体训练 第一节 职业生涯规划的相关理论 第二节 职业生涯团体训练

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

插图：3.人格的整体性人格是一个由多种因素组成的统一体，个体的个性倾向、心理过程和个性心理特征按照一定标准有机结合在一起，人格的整体性还体现为它所包含的对立因素的统一。
对于人格组成的各种因素我们应该避免采用一种否认或者投射的方法来加以对待，因其作为人性中原始本性的部分在其本体方面就有一种自发地寻求表现的要求，在根本上对其加以抗拒是不现实的，正确的方法是能够寻求一种对立面的支撑，实现人格的整体性的统一。
人格的整体性要求人格能够得到完整的发展。
人格完整是指人格构成的气质、能力、性格和理想、信念、人生观等各方面平衡发展。
4.人格的自然性和社会制约性的统一性人格的形成和表现，离不开个体生存的环境，从受孕的那一刻起，环境因素就对人格的形成起作用。
不同母体环境是不同的，对新生儿就有不同的影响。
这是人格的自然性。
同时，人格的形成受社会环境的影响，并反映其社会文化背景的特点，这是人格的社会制约性。
人通过参加社会活动使自己成为社会的成员，人格也便成为社会的人所拥有的一种特质。
它与个人所处的文化传统、社会制度、种族、民族、阶层地位、家庭有密切关系，人格既是社会化的对象，也是社会化的结果。
人格的自然性与社会性是相互统一的，自然性中先天性的因素对个体的社会化、社会性的发展具有重要的基础作用，同样，人格也是在这种社会化的过程中得以发展的。
5.人格的独特性与人格的自然性和社会性相对应，个体人格有其独特性，这一方面受其所处的自然环境、遗传因素的制约。
同时，受个体所从事的社会活动的影响，个体人格的养成因社会环境的不同而产生差异。
人的个性是人的社会性的核心内容，只有充分表现个性才能充分表现共性，个性越多样，共性越丰富。
“人只有充分体现他的独立人格，才能体现他自己的存在，社会也才能显示其巨大的创造力。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《大学生团体辅导与团体训练》是由山东大学出版社出版的。

第一图书网, tushu007.com

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