

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787030286796

10位ISBN编号：7030286790

出版时间：2010-8

出版时间：科学出版社

作者：石梅

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>

<<大学生心理健康教育>>

内容概要

本书是面向大学生心理健康教育的教学辅助读本。

本书主要围绕心理学的原理和方法，结合当代大学生心理健康教育的热点话题，针对大学生的身心特点论述心理健康教育的意义。

全书包括大学生心理健康的概述、大学生心理适应、大学生自我意识、大学生情绪与情感、大学生学习心理、大学生人际关系、大学生恋爱与性心理、大学生网络心理、大学生就业心理、大学生心理咨询与辅导十个章节，力图体现时代性及先进性。

全书内容涉猎面广，阐述人情人理，并精选了大量丰富生动的实际案例，通过深入浅出的通俗阐释，采用灵活多样的行文风格，引导大学生用科学的心理理论对自身或周围出现的各种心理问题加以理解、解释和自我指导。

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

序前言第一章 大学生心理健康概述 第一节 健康与心理健康 第二节 心理问题的分类 第三节 大学生心理健康第二章 大学生适应心理 第一节 适应的概述 第二节 大学生常见的心理适应问题 第三节 大学生积极适应的策略第三章 大学生的自我意识 第一节 自我意识的概述 第二节 大学生自我意识的冲突及偏差 第三节 大学生自我意识的培养第四章 大学生情绪与情绪管理 第一节 情绪的概述 第二节 大学生常见的情绪困扰 第三节 大学生的情绪管理第五章 大学生学习心理 第一节 学习心理的概述 第二节 大学生常见的学习心理问题与调适 第三节 大学生的创新与实践 第四节 大学生的科学研究第六章 大学生的人际交往 第一节 人际交往的概述 第二节 大学生人际交往 第三节 大学生人际交往的调适第七章 大学生恋爱与性心理 第一节 大学生恋爱心理 第二节 大学生恋爱心理问题 第三节 大学生恋爱心理的调适 第四节 大学生的性心理健康第八章 大学生网络心理 第一节 互联网与网络心理 第二节 大学生的网络心理及网络成瘾问题 第三节 大学生网络心理调适第九章 大学生职业规划 第一节 职业的概述 第二节 大学生常见的择业心理误区 第三节 大学生择业心理调适与就业心理准备 第十章 大学生心理咨询与辅导 第一节 大学生心理咨询与辅导的概述 第二节 心理咨询与辅导的过程与技术 第三节 大学生常见的心理障碍与咨询方法参考文献

<<大学生心理健康教育>>

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>