

<<当代大学生心理素质教育与训练>>

图书基本信息

书名：<<当代大学生心理素质教育与训练>>

13位ISBN编号：9787111150411

10位ISBN编号：7111150414

出版时间：2004-1

出版时间：机械工业出版社

作者：张泽玲 编

页数：212

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>

<<当代大学生心理素质教育与训练>>

内容概要

本书依据《教育部关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》文件精神，将课程内容按照现代教育理论和心理健康课程的最新发展，进行重新构建。

本书采用“案例精选”、“理论讲坛”、“问题探索”三个板块有机结合的新形式，主要介绍了以下内容：认识自我发掘自我潜能、学习与创新、建立和谐的人际关系、培育健全的人格、应对挫折及意志力的培养、友谊与爱情的心理素质、就业心理指导、适应与发展、心理测验与心理问题的防治。

针对当代大学生普遍关注的自我意识与心理素质、人格心理、学习心理、创造心理、人际关系心理、挫折心理、求职择业心理等问题，以普通心理学为基础理论，结合多学科知识，探讨了大学生心理素质健康发展的规律和对策，有针对性地指导大学生从生课、心理和社会环境等方面认识自我，把握自我，完善自我，健康发展。

本书可作为高职院校教学用书，也可以供其他相关层次读者自学参考。

<<当代大学生心理素质教育与训练>>

书籍目录

前言第一章 正确认识自我, 充分发掘自身潜能第一节 自我意识与心理素质第二节 学会正确认识自我
第三节 大学生完善自我的途径与方法第二章 学习与创新第一节 树立科学的学习观第二节 创新视野的
拓展第三章 建立和谐的人际关系第一节 人际交往与人际关系第二节 人际交往能力的培养与训练第四
章 培育健全的人格第一节 人格概述第二节 大学生人格障碍及其界定第三节 完善个性, 健全人格第五
章 应对挫折与意志力的培养第一节 耐力挫折概述第二节 挫折的产生及意志力的培养第三节 正确对待
挫折第六章 友谊与爱情的心理素质教育第一节 友谊的价值与培养第二节 摆正爱情的位置第七章 就业
心理指导第一节 树立科学的择业观第二节 大学生求职择业的心理准备第三节 大学生求职择业的方法
与技巧第八章 适应与发展第一节 现代社会与大学生的适应与发展第二节 大学生适应与发展的任务与
方法第九章 心理测验与心理问题的防治第一节 心理测验第二节 大学生常见的心理问题第三节 心理问
题的防治参考文献

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>