

<<大学生心理健康教育-心理课堂>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育-心理课堂>>

13位ISBN编号：9787122006592

10位ISBN编号：712200659X

出版时间：2010-10

出版时间：7-122

作者：陈珩

页数：213

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-心理课堂>>

内容概要

《大学生心理健康教育：心理课堂》是作者根据高职高专院校现代大学生的心理认知特点、行为特征、发展特性和成长规律，精选相应的心理健康知识与活动训练方案而编写的。

作者在内容上设计了九个单元，每个单元设计了两个课题，全书共18个课题，主要涉及心理学基本知识，大学生对校园生活和学习的适应，与同学、朋友、亲人等如何相处，正确处理恋爱问题，科学应对学习、就业、人际交往压力的心理调适，以及对学习生活、自我形象和职业生涯的合理规划，包括了校园生活的方方面面。

每个课题都从大学生的实际生活进行展开，理论基础实用，内容丰富多彩，格式设计新颖，讲练结合有度，方法切实可行，图文并茂有趣。

《大学生心理健康教育：心理课堂》不仅适用于高职高专院校的学生选用，还适用于高等本科院校、中等职业学校的学生选用，另外，《大学生心理健康教育：心理课堂》还可作为广大青少年朋友的参考读物。

<<大学生心理健康教育-心理课堂>>

书籍目录

第一单元 适应·成长·心理健康课题01 心理健康 才有梦想课题02 天生我才必有用-自我意识心理第二单元 个性·自信·人格魅力.....第三单元 习惯·心态·决定成败第四单元 学习·成才·憧憬未来第五单元 智商·情商·处世妙方第六单元 朋友·亲人·和谐爱情第七单元 青春·两性·健康人生第八单元 前途·生涯·职业规划第九单元 游戏·放松·心灵美容参考文献

编辑推荐

本书是作者根据高职高专院校现代大学生的心理认知特点、行为特征、发展特性和成长规律，精选相应的心理健康知识与活动训练方案而编写的。

作者在内容上设计了九个单元，每个单元设计了两个课题，全书共18个课题，主要涉及心理学基本知识，大学生对校园生活和学习的适应，与同学、朋友、亲人等如何相处，正确处理恋爱问题，科学应对学习、就业、人际交往压力的心理调适，以及对学习生活、自我形象和职业生涯的合理规划，包括了校园生活的方方面面。

每个课题都从大学生的实际生活进行展开，理论基础实用，内容丰富多彩，格式设计新颖，讲练结合有度，方法切实可行，图文并茂有趣。

本书不仅适用于高职高专院校的学生选用，还适用于高等本科院校、中等职业学校的学生选用，另外，本书还可作为广大青少年朋友的参考读物。

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>