第一图书网, tushu007.com

<<大学生心理发展及素质培养>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理发展及素质培养>>

13位ISBN编号：9787301107737

10位ISBN编号：7301107730

出版时间：2006-6

出版时间：北京大学出版社

作者：刘金同、李莉/国别：中国大陆

页数：190

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

内容概要

本书介绍了心理健康的概念，大学生中常见的心理障碍及特点，重点围绕大学生的适应心理、学习 心理、自我意识的发展、人格发展、认知的发展、情绪发展、挫折心理、人际交往、网络心理、恋爱及性 心理、择业求职等方面进行深入分析探讨并提出多种调试方法。
书中附有心理测试题。
全书突出针对性与 实用性，对提高大学生心理健康水平提供一定的帮助。
本书可作为高等院校进行大学生心理健康教育的教 材和指导书，也可供广人读者尤其是心理学爱好者学习参考。

书籍目录

第一篇　大学生心理发展及素质培养概论　第一章 大学生心理健康教育　　第一节 心理健康　　一、心理　　二、心理健康　　第二节 大学生心理健康　　一、心理健康的标准　　二、大学生心理健康的标准　　第三节 大学生心理健康教育　　一、加强大学生心理健康教育的意义　　二、加强大学生心理健康教育的途径和方式　　第四节 思考题　第二章 大学生心理发展规律　　第一节 大学生心理发展的生理基础　　第二节 大学生的个性心理发展与社会心理发展　　一、大学生的个性心理发展　　二、大学生的社会心理发展　　三、大学生同伴关系的发展　　四、大学生的价值观发展　　第三节 思考题第一篇 大学生个人心理发展　第三章 大学生的适应心理　　第一节 大学生面临的新环境　　一、学校环境的变迁　　二、生活习惯的变化　　三、学习条件和方法的变化　　四、社会角色的转变　　五、交往方式的转变　　第二节 大学生的心理适应问题　　一、学习上的不适应　　二、自我认知失调　　三、人际交往困难　　四、生活上的挫折　　五、性格与情绪问题　　第三节 心理适应的途径和方式　　一、提高生活技能和自理能力　　二、尽快适应高校学习的特点　　三、正确地认识和评价自己　　四、重新确立新的人生坐标　　五、学会以平等的态度与他人交往　　第四节 大学生心理适应案例　　一、学习不适　　二、人际交往问题　　三、自我意识问题　　第五节 思考题　第四章 大学生的学习心理　　第一节 大学生学习的特点与规律　　一、学习的概念　　二、大学生学习特点　　三、大学生学习心理特点　　第二节 大学生学习能力的培养　　一、培养大学生的自学能力是大学教学的一大特点　　二、注意力的训练　　三、关于观察力的训练　　四、关于记忆力的训练　　五、关于思维想象力的训练　　六、关于创新能力的培养　　第三节 思考题　第五章 大学生的自我意识　　第一节 自我意识概述　　一、自我意识的性质　　二、自我意识的内容　　三、自我意识的影响因素　　四、自我意识与心理健康　　第二节 大学生自我意识的发展　　一、大学生自我意识的独特性　　二、大学生自我意识发展中的矛盾冲突　　第三节 大学生自我意识存在的问题及调节　　一、大学生自我意识存在的问题　　二、大学生自我意识问题的调节　　第四节 思考题　第六章 大学生人格发展　第七章 大学生认知的发展　第八章 大学生的情绪发展　第九章 大学生挫折心理　第十章 大学生的人际交往心理　　第十一章 大学生的网络心理　第十二章 大学生的恋爱与性心理　第十三章 大学生的职业心理第三编 大学生自我保健　第十四章 大学生自我保健　第十五章 大学生常见的心理障碍与调试　第十六章 大学生自我调节方式参考文献

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