第一图书网, tushu007.com

<<心灵港湾>>

图书基本信息

书名：<<心灵港湾>>

13位ISBN编号：9787312031106

10位ISBN编号：7312031102

出版时间：孔洁、 丛山 中国科学技术大学出版社 (2012-08出版)

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

书籍目录

前言第一单元 大学生心理认知适应篇 第一章 大学生心理健康综述 第一节 大学生心理健康综述 第二节 高职大学生心理特征及常见心理问题 第三节 高职大学生心理健康的培养 第二章 大学生的入学适应 第一节 高职新生的环境适应 第二节 高职新生的心理调适 第三章 大学生的自我意识与发展 第一节 高职大学生自我意识的发展及特点 第二节 高职大学生自我意识的矛盾与归因 第三节 高职大学生的自我接受与完善第二单元 大学生心理健康成长篇 第四章 大学生的学习与心理健康 第一节 学习心理概述 第二节 高等职业技术教育的学习特点 第三节 高职大学生常见的学习心理问题及调适 第五章 大学生人际关系与心理健康 第一节 大学生人际关系与心理健康 第二节 高职大学生人际交往中存在的不良心理 第三节 高职大学生良好人际关系的调整与建立 第六章 大学生爱情心理和性心理的健康维护 第一节 高职大学生的恋爱心理 第二节 高职大学生恋爱心理的困惑与调适 第三节 高职大学生的性心理特征 第四节 大学生性心理困扰的主要表现 第七章大学生职业生涯设计 第一节 高职大学生职业生涯规划 第二节 就业信息的搜集和选择 第三节 高职大学生职业设计的误区及矫正第三单元 大学生心理问题调适篇 第八章 大学生情绪和情感的培养及挫折心理应对 第一节 高职大学生情绪和情感的发展与特点 第二节 高职大学生的挫折心理及其原因第九章 大学生心理危机的干预 第一节 大学校园里的心理危机 第二节 高职大学生中的心理危机高发群体 第三节 高职大学生心理危机的干预第十章 大学生病态心理的自我测试与调适 第一节 自卑心理 第二节 虚荣心理 第三节 嫉妒心理 第四节 空虚心理 第五节 自私心理 第六节 浮躁心理 第七节 逃避心理 第八节 恐惧心理参考文献

编辑推荐

《心灵港湾(大学生心理健康指南第2版)》由孔洁、丛山主编，是一本教育、指导大学生塑造健康心理的读本，为同学们较为系统地剖析了各种心理失衡现象，并提出了切实可行的调适方法，具有很强的可操作性和自我指导意义。
其最大的特点是：贴近高职大学生的生活实际，针对他们的心理状况，在给予心理健康指导的时候，剔除传统教材的说教色彩，不试图给学生一个多么有深度的结论，而是努力指导学生怎样学会自己去认知。
因此，开放性探讨是本教材的最显著特征，而且附有生动典型的案例、实用的测试及精当的提示。
本书注重可读性，注重趣味性，注重心灵的互动与感应，注重潜移默化的自然影响过程，并能有效地满足高职大学生自我探索的需要。

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