

<<大学生心理卫生>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理卫生>>

13位ISBN编号：9787532829187

10位ISBN编号：7532829189

出版时间：1999-02

出版时间：山东教育出版社

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>

## <<大学生心理卫生>>

### 内容概要

#### 内容提要

本书是全国教育科学“八五”规划重点课题“儿童青少年心理卫生与心理咨询研究”的系列成果之一。

#### 全书立

足于当代中国大学生生活实际，对大学生从入学到毕业，从学习、恋爱到人际关系、选择职业等各个阶段和方面所面临的一系列心理卫生问题，进行了深入浅出的分析和研究。

#### 该书的特

点是：理论和实际密切结合，既有很强的理论性，又有很强的实用性和可操作性。

是大学生、学生家长和有关教育工作者们的有益参考读物。

## <<大学生心理卫生>>

### 书籍目录

#### 目录

- “学生心理健康文库”总序
- 第一章 绪论
  - 第一节 心理卫生的概念及其发展简史
  - 第二节 大学生心理卫生问题
  - 第三节 大学生心理卫生工作的任务与意义
- 第二章 大学生心理特点与心理保健
  - 第一节 大学生的心理特点
  - 第二节 心理健康的标准
  - 第三节 大学生心理健康的培养
- 第三章 应激与心理健康
  - 第一节 应激及其产生原因
  - 第二节 应激的身心反应
  - 第三节 影响应激体验的因素
  - 第四节 应激的调适
- 第四章 挫折与心理健康
  - 第一节 挫折的内涵
  - 第二节 挫折的情绪反应
  - 第三节 挫折承受力及其培养
  - 第四节 自杀的原因及其预防
- 第五章 情绪与心理健康
  - 第一节 情绪概述
  - 第二节 大学生的情绪特点和情绪障碍
  - 第三节 情绪的调节与控制
- 第六章 性格与心理健康
  - 第一节 性格概述
  - 第二节 不良性格的危害
  - 第三节 良好性格的培养
- 第七章 大学生入学适应的心理卫生
  - 第一节 环境的适应
  - 第二节 生活的适应
  - 第三节 学习的适应
  - 第四节 经济的适应
  - 第五节 心理的适应
- 第八章 大学生学习的心理卫生
  - 第一节 学习动机
  - 第二节 学习方法与用脑卫生
  - 第三节 考试的心理卫生
- 第九章 大学生人际交往的心理卫生
  - 第一节 人际交往中的认知障碍及其克服
  - 第二节 人际交往中的情绪障碍及其克服
  - 第三节 人际交往中的人格缺陷及其克服
  - 第四节 人际交往技能的培养
- 第十章 大学生恋爱与性心理卫生
  - 第一节 大学生性心理卫生

## <<大学生心理卫生>>

第二节 大学生恋爱中的心理卫生

第十一章 大学生择业与求职的心理卫生

第一节 深造的选择

第二节 择业的心理卫生

第三节 求职中的心理问题与对策

第十二章 大学生走向社会的心理准备

第一节 树立自信心

第二节 培养独立性

第三节 培养积极的心态

第四节 发挥自己的潜力

附录：大学生心理健康量表

参考文献

后记

<<大学生心理卫生>>

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>