

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787534742941

10位ISBN编号：7534742943

出版时间：2007-1

出版时间：大象出版社

作者：王朝庄，雷云 主编

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>>

### 内容概要

本书主旨在于向大学生普及心理健康知识，提升其心理健康教育的自觉意识，使之尽快适应大学生生活；有效地解决他们成长中遇到的各种问题，避免因适应不良而引发心理障碍，同时提高其心理健康水平，促进身心健康、和谐、全面发展。

本书结构大致分为三部分。

第一部分（第一章至第二章），主要从心理健康教育的基础知识入手，力图为大学生勾勒出全书的大致知识结构。

第二部分（第三章至第十章），以大学生在校期间生活、学习、人际关系、恋爱、性、就业、网络和休闲活动等方面的心理健康问题为主线，剖析大学生心理，并针对常见的心理问题提供了切实可行的对策，以期帮助大学生了解心理健康知识，并以积极、健康的心态和科学的方法面对成长过程中所遇到的各种各样的问题，提高心理健康水平。

第三部分（第十一章至第十七章），阐述了大学生中常见的自卑、抑郁、焦虑、人格障碍、挫折、心理危机等心理问题以及常见心理疾病的心理咨询与治疗知识。

## <<大学生心理健康教育>>

### 书籍目录

第一章 绪论 第一节 心理健康概述 第二节 大学生心理健康概述 第三节 大学生心理健康教育概述 第四节 心理健康教育的发展概述第二章 身心发育与心理健康 第一节 大学生生理发育的基本特点 第二节 大学生心理发展的基本特点? 第三节 大学生心理发展过程中的矛盾性第三章 大学生生活适应与心理健康 第一节 大学生生活适应的概述 第二节 大学新生适应的心理问题 第三节 大学生适应问题的心理调适第四章 学习与心理健康 第一节 学习心理概述 第二节 大学生学习的心理问题 第三节 大学生学习心理的调适第五章 人际关系与心理健康 第一节 大学生人际关系概述 第二节 大学生人际关系的心理问题 第三节 大学生人际关系的心理调适第六章 恋爱与心理健康 第一节 大学生恋爱心理概述 第二节 大学生恋爱的心理问题 第三节 大学生恋爱的心理调适第七章 性与心理健康 第一节 性的概述 第二节 大学生的性问题 第三节 大学生性心理的调适第八章 就业与心理健康 第一节 大学生就业心理概述 第二节 大学生就业的心理问题 第三节 大学生就业心理的自我调适第九章 网络与心理健康 第一节 大学生网络心理概述 第二节 大学生网络心理问题 第三节 大学生网络心理的调适第十章 休闲活动与心理健康 第一节 大学生休闲活动概述 第二节 大学生休闲活动的心理问题 第三节 大学生休闲活动的心理调适第十一章 自卑的克服 第一节 自卑的概述 第二节 大学生自卑的自我克服第十二章 抑郁的调适 第一节 抑郁的概述 第二节 大学生抑郁的自我调适第十三章 焦虑的调节 第一节 焦虑的概述 第二节 大学生焦虑的自我调节第十四章 人格障碍的矫正 第一节 人格障碍的概述 第二节 大学生人格障碍的自我矫正第十五章 挫折的应对 第一节 挫折的概述 第二节 大学生挫折的自我应对第十六章 危机的觉察与干预 第一节 危机的概述 第二节 危机的干预 第三节 大学生自杀的干预第十七章 心理疾病与防治 第一节 心理疾病概述 第二节 大学生心理疾病的分类 第三节 心理咨询与心理治疗参考文献

<<大学生心理健康教育>>

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>