

<<心理与心理健康>>

图书基本信息

书名：<<心理与心理健康>>

13位ISBN编号：9787534746246

10位ISBN编号：7534746248

出版时间：2006-8

出版时间：大象

作者：冀未来

页数：217

字数：323000

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>

<<心理与心理健康>>

内容概要

本书以中职生的成长为主线，结合中职生心理的变化与需求，运用心理学的理论，着重围绕中职生健康心理的一般特征、中职生的人际交往、自我认知、学习心理、情绪与情感、人格发展、挫折心理、中职生的心理障碍与心理治疗、中职生的心理等主题进行论述。

目的是使中职生通过这门课程的学习，能更好地认识自我，培养健康的人格，提高适应能力和对挫折的承受能力，以适应社会的激烈竞争。

本书是为中等职业学校心理健康教育课编写的教材，也可供广大青年朋友、教育工作者学习参考。

<<心理与心理健康>>

书籍目录

第一章 健康心理 第一节 心理健康概述 第二节 中职生的心理特点 第三节 中职生的心理困扰 第四节 中职生心理健康与维护第二章 人格发展 第一节 人格概述 第二节 人格理论的主要流派 第三节 人格心理特征 第四节 人格是心理健康的基础第三章 情绪与心理健康 第一节 情绪心理概述 第二节 情绪认知理论 第三节 情绪的处理艺术 第四节 情绪的自我调节第四章 人际沟通 第一节 人际交往概述 第二节 知己知彼 第三节 沟通分析理论 第四节 良好的人际沟通第五章 情爱心理 第一节 情爱心理概述 第二节 爱情的扭曲和误区 第三节 中职生的情爱心理 第四节 拥有爱的能力第六章 网络心理 第一节 网络心理概述 第二节 网络对中职生的影响 第三节 网络成瘾 第四节 应对网络成瘾第七章 学习心理 第一节 学习概述 第二节 学习的要素和动机 第三节 学习障碍的分析 第四节 广义的人生学习第八章 挫折心理 第一节 挫折心理概述 第二节 正反两面看挫折 第三节 挫折有效应对 第四节 在挫折中成长第九章 我们和心理咨询 第一节 心理咨询概述 第二节 走出人生的沼泽地 第三节 真正的自我 第四节 高品质生活的代名词第十章 心理咨询的启示 第一节 咨询案例分析前的说明 第一节 21世纪的性格冲突症参考文献

<<心理与心理健康>>

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>