第一图书网, tushu007.com

<<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：9787562129745

10位ISBN编号：7562129746

出版时间：2004-9

出版时间：西南师范大学出版社

作者：张大均

页数：225

字数：287000

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

《大学生心理健康教育——诊断·训练·适应·发展》的编写，以促进学生心理的适应和发展两大任务为主轴，从大学生心理发展的年龄特征和已有心理素质发展水平出发，以大学生的健康个性品质培养为核心，针对大学生学习、生活、交往、成长、成才中普遍存在或可能出现的心理问题为重点，通过“诊断”引导学生正确认识自我，针对具体问题进行策略“训练”指导学生合理应用应对策略，增强自我调节能力，进而达成指导学生积极适应、促进学生主动发展的目标。

本教材结合我国大学素质教育的现实要求，充分考虑了大学生心理健康维护和心理素质培育的渐成性、内化性和活动性等特殊要求，具有以下突出特点：科学性；目的性；实用性；系统性；创新性。

第一图书网, tushu007.com

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

Ⅰ适应篇　学会生活　01　同一块石头[主题：生理自我]　02　春天花会开[主题：性和爱]　03　Lit if be [主题：压力调节]　学会学习　04　学习的“主宰”[主题：学习动机]　05　不做单面人[主题：扩展学习视野]　06　因材施学[主题：学习风格]　学会交往　07　求同存异[主题：宿舍人际交往]　08　外圆内方[主题：待人与待已]　09　开启心灵之门[主题：人际沟通]　学会做人　10　做情绪的主人[主题：对自己的情绪负责]　11　为自己负责[主题：对自己的言行负责]　12　道德的阶梯[主题：道德推理阶段]Ⅱ发展篇　发展智能　发展个性　发展社会性　发展创造性

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