

<<高职大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<高职大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787564600211

10位ISBN编号：7564600217

出版时间：2008-8

出版时间：中国矿业大学出版社

作者：朱永芳，项振英 主编

页数：243

字数：283000

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>

<<高职大学生心理健康教育>>

内容概要

本书为了适应加强高职大学生全面素质教育的需要，针对高职大学生普遍面临的问题，主要讲述了高职大学生心理健康概述、高职大学生的学习心理、人际交往和心理健康、恋爱与心理健康、情绪调节与心理健康、自我意识与人格塑造、团体心理素质训练等内容。本书可供高职大学生作为教材之用，也可供相关教育人员参考。

<<高职大学生心理健康教育>>

书籍目录

前言

第一章 高职大学生心理健康概述

- 一、树立正确的健康观
- 二、高职大学生的心理健康
- 三、我国大学生心理健康现状
- 四、影响心理健康的因素
- 五、高职大学生健康心理的培养

第二章 高职大学生的学习心理

- 一、学习概述
- 二、高职大学生的学习动机
- 三、应对考试焦虑
- 四、培养良好的学习习惯

第三章 高职大学生人际交往与心理健康

- 一、人际交往概述
- 二、高职大学生人际交往中的常见问题
- 三、建立良好人际关系的技巧

第四章 高职大学生的恋爱与心理健康

- 一、爱情的内涵
- 二、爱情的形式
- 三、爱情的三角形理论
- 四、高职大学生恋爱的特点
- 五、高职大学生恋爱中常见的问题与调节
- 六、高职大学生的性心理

第五章 高职大学生的情绪调节与心理健康

- 一、情绪、情感与情商
- 二、高职大学生的情绪特点及其调适
- 三、高职大学生情绪调适的方法

第六章 高职大学生的自我意识与人格塑造

- 一、建立积极的自我意识
- 二、塑造健全人格

第七章 高职大学生职业心理辅导与求职心理

- 一、高职大学生职业心理辅导的内涵
- 二、高职大学生选择职业应确立的心理准备
- 三、高职大学生的职业心理辅导
- 四、开展职业心理辅导

第八章 培养健康的网络心理

- 一、互联网的特征
- 二、网络与当代高职大学生
- 三、高职大学生上网的心理透视
- 四、高职大学生常见网络障碍
- 五、高职大学生网络心理素质的调适

第九章 常见神经症简介

- 一、神经衰弱
- 二、焦虑性神经症。

<<高职大学生心理健康教育>>

三、强迫性神经症

四、恐怖性神经症

五、疑病症

六、抑郁症

七、癔症

第十章 高职大学生的团体心理素质训练

一、团体心理素质训练的特点

二、团体心理素质训练的类型

三、团体心理素质训练的目标

四、团体心理素质训练的原则、功能与局限

五、团体心理素质训练的实施

主要参考文献

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>