

<<大学生心理与心理健康>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理与心理健康>>

13位ISBN编号：9787800908804

10位ISBN编号：7800908801

出版时间：2004-3

出版时间：中国建材工业出版社

作者：项新求

页数：339

字数：295000

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>

## <<大学生心理与心理健康>>

### 内容概要

世界卫生组织章程序言中指出，“健康不仅是没有疾病的表现，而且是一种个性在身体上、精神上、社会上完全好的状态”。

这说明，一个健康的人应该是身心健康的，美国教育家戴乐·卡耐基认为：“一个事来的成功，只有15%是由于他的学识和专业技术，而85%是靠良好的心理素质”，可见心理健康既是身体健康的重要保证，也是人类健康的最终标准，更是人生成败的关键。

本书从增进大学生心理健康角度出发，在心理科学的基础上，紧紧围绕大学生的生理特点和心理特点对大学生自我认识、学习心理、交往心理、性心理和爱情、择业心理、心理障碍、心理健康调适等方面内容进行了详细讲解，本书贴近大学生活，重点突出，针对性和可操作性强，是校思想政治工作者和大学生良师益友，同时也可做教材使用。

## <<大学生心理与心理健康>>

### 书籍目录

前言第一章 绪论 第一节 大学生要懂一点心理学 第二节 心理健康概述 第三节 积极开展大学生心理健康工作 附：简易心理测验量表第二章 自我意识 第一节 大学生自我意识 第二节 建立理性的自我认识 第三节 悦纳自我，完善自我 附：简易心理测验量表第三章 大学生学习心理和成才心理 第一节 大学生学习心理概述 第二节 大学生常用学习心理障碍与克服 第三节 大学生成长心理与实现 第四节 创造心理与创造人格培养 附：简易心理测验量表第四章 大学生交往心理 第一节 人际关系概述 第二节 大学生的人际关系 第三节 大学生人际交往中应克服的心理障碍 附：简易心理测验量表第五章 大学生的性心理与爱情心理 第一节 性与性心理 第二节 性心理健康 第三节 爱情概述及大学生恋爱心理 第四节 大学生健康的恋爱心理与行为 附：简易心理测验量表第六章 大学生择业求职心理 第一节 择业心理 第二节 求职心理 第三节 适应社会 走向成功 附：简易心理测验量表第七章 大学生心理障碍与心理疾病 第一节 心理障碍 第二节 心理疾病 第三节 心理咨询与心理治疗 第四节 心身疾病与心理治疗 附：简易心理测验量表第八章 大学生心理健康的调适 第一节 大学生适应 第二节 大学生良好的情绪、情感与培养 第三节 大学生挫折心理与正确对待 第四节 大学生面对重要丧失的调适 第五节 正确对待冲突与选择 附：简易心理测验量表参考文献后记

<<大学生心理与心理健康>>

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>