

<<大学生行为指导与训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生行为指导与训练>>

13位ISBN编号：9787810589710

10位ISBN编号：7810589717

出版时间：2006-6

出版时间：上海大学出版社

作者：俞涛

页数：322

字数：268000

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>

## <<大学生行为指导与训练>>

### 内容概要

这是一门关于认识人生和认识自我的课，这是一本协助你走好大学生涯的宝典，而且读了它你可能就不会轻易地放下。

全书内容丰富，语言通俗易懂，适合各位在校大学生和即将进入大学校园的学生阅读使用。

## <<大学生行为指导与训练>>

### 书籍目录

绪论第一章 走进大学生活 第一节 新的生活家园 一、此社区非彼社区 二、社区生活小贴士  
第二节 做好理财规划 一、你是“月光族”吗 二、你不理财,财不理你 第三节 共享互联网  
网络 一、掌握网络技能 二、体验网络生活 三、遵守网络规范第二章 适应大学学习 第一节  
探索学习规律 一、大学学习的特点 二、探索科学的学习规律 第二节 掌握学习方法  
一、好的方法让你事半功倍 二、寻找适合的学习方法 第三节 提高自学能力 一、自学是一辈  
子的事 二、学会学习第三章 设计大学生涯 第一节 明确大学目标 一、我是谁 二、认  
识大学 三、我的大学我做主 第二节 制定大学计划 一、全面规划大学生涯 二、大学四年  
四步曲 三、计划的制订和落实 第三节 利用大学资源 一、充分利用设施资源 二、开发利  
用人力资源 三、选择利用活动资源第四章 保持健康心态 第一节 心态是一种力量 一、健康  
心态新概念 二、健康心态的六大标志 第二节 挫折也是一种财富 一、正视挫折 二、形成  
挫折感的原因 三、提高挫折承受力 第三节 健康的情绪——生命的基石 一、情绪是什么  
二、不良情绪面面观 三、做自己情绪的主人第五章 学会交往协作第六章 理解爱的意义第七章 参  
与社会轰动第八章 提升人格魅力第九章 培养职业素养第十章 激发创新潜能后记

## <<大学生行为指导与训练>>

### 章节摘录

第一章 走进大学生活 第一节 新的生活家园 寝室门口，前来排队登记的学生家长们已经陆续赶到，记者发现，一名穿着时髦的大学生两手插在口袋里，耳塞耳机，旁若无人地直奔寝室，嘴里还嚷着“快点快点！”

跟在后面的一位老奶奶则急匆匆地询问起一边的同学：“这里是新生报到的地方吗？”

我让孙子先去看寝室了。

你知道该怎么办报名手续吗？”

这位老奶奶身背书包，弯着腰，手提旅行箱，行走极为不便。

在寝室外面，校园的里里外外还停满了前来送孩子的车辆，由于道路狭窄，这些车辆严重干扰了校内交通，以致老生的自行车也无法通行。

一名学生的“亲友团”阵容颇为豪华，祖父母、父母、舅舅阿姨等一行十多人包了一辆“依维柯”面包车来校，全家人分头出动，为他排队报到、取钥匙、整理房间。

新生报到才三天，已经回家三次。

在某大学，这几日里有不少学生寝室、家里两头跑；还有一些学生由于一下子脱离父母“掌管”的生活，兴奋之余，这两天天天打牌到深夜。

新生小顾昨天早上9点已回到家。

“都说大学宿舍生活很自由，从小盼着上大学，但是真正开始宿舍生活，却觉得不适应。

”小顾说，星期天上午报到，中午整理好床铺，下午就回家了，洗个澡、吃顿饭，晚上再回宿舍睡觉。

这三天里，除了学校活动，凡是空着的时间他都在家里呆着。

“我还算好，还有不少本市学生晚上都回家睡觉的。

”一名同学埋怨：睡上下铺太难受了，无论谁有“动静”，另一个马上就会有“感应”！

此外，宿舍里没有空调，到浴室洗澡要排队，室友睡觉打呼噜，室友打牌聊天到深夜……都让他不适应。

摘自2005年9月2日《新闻晚报》：《新生报到现场见闻：怎一个“娇”字了得》

## <<大学生行为指导与训练>>

### 编辑推荐

现在的大学学习，已不再是单纯的课本知识学习，你还需要学习许多其他知识。  
这些知识到底有哪些？  
该如何科学安排它们？  
用什么科学方法去学习？  
阅读《大学生行为指导与训练》，你就会知道这一切。  
或许，看完《大学生行为指导与训练》，你的人生就会发生天翻地覆的变化，这绝对不是什么夸张的说法。

<<大学生行为指导与训练>>

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>