

<<大学生心理健康教育教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育教程>>

13位ISBN编号：9787810674195

10位ISBN编号：7810674196

出版时间：王菁华、翟常秀 青岛海洋大学出版社 (2012-08出版)

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>

<<大学生心理健康教育教程>>

内容概要

大学生心理健康教育教程，ISBN：9787810674195，作者：

<<大学生心理健康教育教程>>

书籍目录

第一章 积极 乐观 向上——初识心理学与新生常见心理问题 第一节 初识心理学 第二节 新生常见心理问题与调适第二章 一颗自我发现的心——大学生的自我意识 第一节 认识你自己 第二节 自我意识发展的特点与冲突 第三节 自我意识的培养第三章 做情绪的主人——大学生情绪调适 第一节 认识情绪 第二节 情绪、情感面面观 第三节 情绪培养与情绪管理第四章 和谐人际 心灵桥梁——大学生人际交往 第一节 认识人际交往 第二节 非建设性的人际交往 第三节 在交往中成长第五章 爱情花开——大学生恋爱与性心理 第一节 拥抱阳光塑造积极的恋爱心理 第二节 走近科学培养健康的性心理第六章 快乐学习——大学生学习心理 第一节 大学生学习特点与心理机制 第二节 大学生学习能力的培养及潜能开发 第三节 大学生常见的学习心理困扰及调适第七章 做网络的文明使者——大学生网络心理健康 第一节 结识网络 第二节 认识网络心理 第三节 网络文明第八章 描绘绚丽的职业画卷——大学生职业生涯规划 第一节 认识职业生涯规划 第二节 求职的心理问题与心理准备 第三节 成功求职进行时第九章 积极心理 幸福人生 第一节 幸福是一门科学 第二节 积极心态成功人生 第三节 开启你的幸福密码第十章 体验生命价值 第一节 生命的意义 第二节 生命的价值 第三节 生命的责任

<<大学生心理健康教育教程>>

编辑推荐

王菁华编著的《大学生心理健康教育教程》是山东省教育科学“十一五”重点规划课题“独立学院大学生心理健康研究”的最终成果。

心理健康问题是社会学、伦理学、心理学、医学等多学科研究的重要课题。

从心理学意义上看，心理健康是人的良好心理素质的表现，是人的整体健康状况的必要组成部分。

无论从社会人力资源开发与社会主义精神文明建设角度，还是从个人成长发展、活动效率提高及品质改善方面看，维护心理健康都是十分重要的工作。

有关心理健康的研究，对深入探索人类心理行为的机制、促进人类群体及个体积极的内心体验、良好的社会适应、有效发挥个人身心潜能有着十分重要的作用。

<<大学生心理健康教育教程>>

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>