第一图书网, tushu007.com

<<职业院校学生心理健康>>

图书基本信息

书名：<<职业院校学生心理健康>>

13位ISBN编号：9787111194965

10位ISBN编号：7111194969

出版时间：2006-7

出版时间：机械工业出版社

作者：尹登海

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

<<职业院校学生心理健康>>

内容概要

本书是根据教育部颁布的《关于加强普通高等学校学生心理健康教育工作的意见》(教社政[2001]1号)和《中等职业学校学生心理健康教育指导纲要》(教职成[2004]8号)的文件精神，结合职业院校学生的心理状况和特点而编写的。
书中分析了职业院校学生心理发展的基本阶段、基本特点，帮助学生正确认识和调适在自我意识、情绪调节、意志锻炼、人格发展、人际交往、学习成才、恋爱交友，职业选择等方面存在的心理困惑，掌握保持和维护心理健康的方法，提高心理素质。
本教材突出针对性、实用性和可读性，并以生动、典型的心理案例、心理故事、名言名句、阅读资料以及精心设计的课堂心理训练、心理测验等内容，有效地满足职业院校学生自我探索的需要。
　本书可作为高职高专院校、中等职业院校教材，也可以作为企事业单位对青年职工的培训教材。

<<职业院校学生心理健康>>

书籍目录

前言第1章 心理健康概述 1.1 心理与心理健康 1.2 职业院校学生心理健康的标准 1.3 职业院校学生心理健康教育 复习思考题第2章 职业院校学生心理调适 2.1 职业院校学生心理问题产生的原因 2.2 学生心理调适的途径和方法 2.3 心理咨询 2.4 换位思考实训 复习思考题第3章 正确认识自我 3.1 自我意识概述 3.2 学生自我意识偏差及其调适 3.3 培养正确的自我意识 3.4 认识自我实训 复习思考题第4章 培养良好情绪 4.1 职业院校学生情绪与情感概述 4.2 职业院校学生的情绪困扰与调适 复习思考题第5章 锻炼坚强意志 5.1 意志与心理健康 5.2 职业院校学生不良意志品质的调适 5.3 坚强意志品质的培养 复习思考题第6章 培养健全人格 6.1 人格与身心发展 6.2 气质与性格 6.3 职业院校学生常见的人格缺陷与调适 复习思考题第7章 学习与心理健康 7.1 职业院校的教学特点与学习适应 7.2 常见的学习心理问题与调适 7.3 克服考试焦虑 7.4 学会记笔记实训 复习思考题第8章 消费与心理健康 8.1 消费心理及其特点 8.2 职业院校学生的消费行为及其心理特征 8.3 职业院校学生消费心理的误区与调适 复习思考题第9章 人际交往与心理健康 9.1 职业院校学生人际交往的特点 9.2 职业院校学生人际交往常见的心理障碍与调适 9.3 职业院校学生人际交往能力的培养 9.4 建立良好人际关系实训 复习思考题第10章 性、恋爱与心理健康 10.1 职业院校学生常见的性心理困扰与疏导 10.2 恋爱与爱情心理 10.3 职业院校学生恋爱心理困惑与调适 复习思考题第11章 职业规划与心理健康 11.1 职业选择的心理表现与心理冲突 11.2 面试的心理适应 11.3 操作型劳动者的心理保健 11.4 做好上岗前准备尽快适应新环境 复习思考题参考文献

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