

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787302093466

10位ISBN编号：7302093466

出版时间：2004-1

出版时间：清华大学出版社

作者：周家华王金凤

页数：254

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>>

内容概要

本书根据教育部2002年4月下发的《普通高等学校大学生心理健康教育工作的实施纲要》的要求，针对高职高专类院校学生的身心特点和思想实际编写，具有一定的理论性和很强的实用性。

本书共分12章，从各个角度介绍了大学生在日常的生活学习中遇到的各种心理健康的问题，指出了其原因，然后重点阐述了相关心理问题的自我调适方法。

本书绝大多数章节附有与章节内容相配套的心理训练活动和心理测试。

需要说明的是，我们希望大学生朋友们能根据所提供的心理训练活动和心理测试问卷，增加自己的认识和体验。

心理测试卷在使用过程中受选取的样本人群、文化背景和时代变迁的影响，其测试结果具有相对性。我们希望同学们将心理测试的结果仅作为一个重要参考。

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 健康与心理健康 第二节 大学生心理健康概述 第三节 大学生心理健康教育 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 心理健康测试第二章 大学生的自我意识 第一节 自我意识概述 第二节 大学生自我意识的发展 第三节 大学生自我意识的养成 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 性格倾向测验第三章 大学生的情绪情感 第一节 情绪与情感 第二节 大学生常见的情绪困扰 第三节 情绪控制与良好情绪的保持 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 焦虑自评量表第四章 大学生的学习心理 第一节 学生与心理健康 第二节 大学生学习心理问题及其调适 第三节 大学生学习方法与学习能力的培养 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 心理测量第五章 大学生的人际关系问题 第一节 大学生人际关系概述 第二节 大学生人际交往中存在的心理障碍及其调适 第三节 大学生良好人际关系的培养 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 大学生人际关系的自我测量与诊断第六章 大学生的恋爱心理 第一节 大学生恋爱面面观 第二节 健康的恋爱观与恋爱行为 第三节 大学生恋爱的心理困扰与调适 思考题 附录 测试你的恋爱态度第七章 大学生的性心理和性健康教育 第一节 青春期的性心理 第二节 大学生婚前性行为的现状与透析 第三节 探索具有中国特色的性健康教育 思考题第八章 大学生的择业心理 第一节 大学生择业的心理准备 第二节 大学生择业的心理问题 第三节 大学生择业心理的调适 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 职业兴趣的自我测评第九章 大学生挫折的承受与应对 第一节 挫折概述 第二节 大学生挫折的反应及原因分析 第三节 大学生挫折的承受与应对 思考题 附录一 心理训练活动 附录二 挫折承受能测试第十章 大学生常见的心理障碍与心理疾病 第一节 大学生中常见的心理障碍和心理疾病 第二节 大学生心理疾病的原因分析 第三节 心理疾病的治疗 思考题第十一章 大学生与心理咨询参考文献

<<大学生心理健康教育>>

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>