

<<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：9787560129877

10位ISBN编号：7560129870

出版时间：2009-09-01

出版时间：吉林大学出版社

作者：夏纪林 编

页数：309

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

《21世纪高等教育系列教材：大学生心理健康教程（公共课）》以普通心理学知识为基础，根据心理卫生学和大学生心理学等相关学科的教学要求，结合大学生心理健康教育研究的最新成果及我校教学改革实践编写而成。

全书共分14章，主要内容包括大学生的适应、学习、情绪、人格、自我意识、意志、人际交往、挫折、恋爱、性心理、择业、心理困扰和心理咨询等。

经审定，《21世纪高等教育系列教材：大学生心理健康教程（公共课）》可作为大学生心理健康教育的课程教材，也可供高等学校心理健康教育工作者参考使用。

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

第一章 绪论第一节 什么是心理健康第二节 大学生心理健康的重要性第三节 如何提高大学生的心理健康水平【本章摘要】【复习思考题】第二章 适应与心理健康第一节 适应与适应公式第二节 适应标准及适应的心理过程第三节 大学生适应中的心理问题【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第三章 学习与心理健康第一节 学习与学习压力第二节 考试焦虑第三节 如何开发你的学习潜能【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第四章 情绪与心理健康第一节 什么是情绪第二节 情绪与焦虑第三节 情绪的调控与运用【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第五章 人格与心理健康第一节 人格概述第二节 大学生常见的人格缺陷及矫正第三节 健康人格与人格重塑【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第六章 自我意识与心理健康第一节 什么是自我意识第二节 自我的困惑与迷失：人生发展的两大难题第三节 大学生的自我意识第四节 塑造健全的自我意识【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第七章 意志与心理健康第一节 意志的一般概念第二节 意志行动与冲突第三节 意志品质与心理健康【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】第八章 人际交往与心理健康第一节 人际交往概述第二节 大学生常见的人际交往困扰第三节 人际沟通的艺术【本章案例】【本章摘要】【复习思考题】【自我测试】……第九章 挫折与心理健康第十章 大学生恋爱与心理健康第十一章 性心理发展与心理健康第十二章 大学生择业与心理健康第十三章 大学生心理困扰与心理障碍第十四章 大学生心理咨询主要参考文献

<<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>