第一图书网, tushu007.com

<<高职大学生心理健康>>

图书基本信息

书名：<<高职大学生心理健康>>

13位ISBN编号：9787811049886

10位ISBN编号：7811049880

出版时间：2009-1

出版时间：陈鉴、尚虹、 郭星 西南交大出版社 (2009-01出版)

作者：陈鉴，尚虹，郭星 著

页数：244

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

<<高职大学生心理健康>>

内容概要

《高职大学生心理健康》力求按照高职大学生的心理特点和心理发展规律，密切联系当前高职大学生心理健康方面的实际情况，以通俗易懂，方便学生接受、理解和具有可操作性的方式，对有关心理健康方面的知识进行了一定阐述。
既有理论探讨，又有可行性的建议；既有练习思考和美文鉴赏，又辅以心理训练和实用性较强的测试量表。
学生不仅可以从每一章节的学习中获得一定的理论知识和指导建议，还能通过课后练习巩固知识，通过美文欣赏陶冶情操、提升个人修养，并借助测试量表测查自己的心理健康状况。
通过对《高职大学生心理健康》的学习，能使高职大学生懂得一定的心理学理论知识，了解心理保健的基本要领和方法，从而提高其心理素质，增强其社会适应能力，使其成为全面发展的人才。
因此，《高职大学生心理健康》既可以作为高职大学生心理健康教育的教材，也可以作为自我修养、心理健康方面的读物，还可以供从事高等职业教育的工作者以及学生家长参考。

第一图书网, tushu007.com

<<高职大学生心理健康>>

书籍目录

第一章 高职大学生心理健康概述第一节 健康与心理健康一、心理与健康二、心理健康三、心理健康工作的任务第二节 高职大学生心理健康现状一、大学生心理健康总体状况二、高职大学生常见的心理困扰及反应三、影响高职大学生心理健康的因素第三节 高职大学生心理健康教育的实施一、高职大学生心理健康教育的意义二、高职大学生心理健康教育的基本内容三、高职大学生心理健康教育的途径与方法

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