

<<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：9787811193602

10位ISBN编号：7811193604

出版时间：2008-9

出版时间：首都师范大学出版社

作者：孔平，张秋影 主编

页数：220

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

本书以心理健康知识的基本理论为基础，针对当前大学生尤其是高职高专学生，就心理状况、人格塑造、学习心理、人际关系、情绪健康、挫折心理、恋爱心理、择业心理和常见心理问题及调适等方面的内容进行阐述。

本书不仅有理论上的阐述，在内容安排上更侧重于对学生的实际指导，包括一些案例、测试题等。

本书的适应读者群体为高职高专院校大学生以及从事大学生心理健康教育或心理咨询的教师、辅导员等。

## <<大学生心理健康教育>>

### 书籍目录

第一章 心理健康概论 第一节 心理健康的内涵与标准 一、健康与心理健康的内涵 二、心理健康的标准 第二节 心理健康的意义 一、大学生心理健康的现状 二、影响大学生心理健康的因素概述 三、心理健康的重要意义 第三节 大学生心理健康教育 一、大学生心理健康教育的功能和价值 二、大学生心理健康教育的内容 三、大学生心理健康教育的原则 四、大学生心理健康教育的途径和方法 本章思考题 心理测试SCL-90问卷第二章 认识自我与完善自我 第一节 自我意识的概述 一、自我意识的概念及其内涵 二、自我意识的结构 三、自我意识的发生 四、自我意识的作用 第二节 大学生自我意识的特点及影响因素 一、大学生自我意识的特点 二、大学生自我意识的影响因素 第三节 认识自我,超越自我 一、大学生自我意识的矛盾 二、自我意识发展的障碍 三、塑造大学生健全自我意识的途径 本章思考题 心理测试自我和谐量表(SCCS)第三章 大学生的人格健康 第一节 人格概述 一、人格的含义及特征 二、人格的结构 三、影响人格的因素 第二节 大学生常见的人格问题 一、当代大学生人格发展特点 二、大学生不良人格及调适 第三节 大学生健康人格的培养 一、健康人格的含义与特征 二、健康人格的意义 三、健康人格的培养 本章思考题 心理测试气质类型测试第四章 大学生的学习心理 第一节 大学生学习心理概述 一、大学生学习活动的基本特点 二、大学生学习活动与心理健康 第二节 大学生常见的学习心理问题与调适 一、大学生学习动机问题与调适 二、大学生的学习疲劳及调适 第三节 大学生应试心理与调适 一、大学生考试心理 二、几种不良的考试心理 本章思考题 心理测试 应试焦虑的自我评定第五章 大学生的人际关系及调适第六章 大学生的情绪健康第七章 大学生的挫折心理与调适第八章 大学生的恋爱与性心理健康第九章 大学生的择业心理健康第十章 大学生常见的心理问题及其调适参考文献

## <<大学生心理健康教育>>

### 编辑推荐

丛书特色：以实用性为基础，突出实践教学环节及特点，把学生引入实际工作环境，强化学生实践能力；体现“问题驱动”教学思想，以案例驱动教学，便于教师授课和启发学生思考；实现服务立体化，为教师免费提供电子课件、教学案例、习题及答案下载。

<<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>