

<<大学生心理健康与发展>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康与发展>>

13位ISBN编号：9787040171242

10位ISBN编号：7040171244

出版时间：2009

出版时间：高等教育出版社

作者：赫云鹏

页数：260

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>

<<大学生心理健康与发展>>

内容概要

《大学生心理健康与发展》在编写上具有以下三个特点： 1.强调通俗性和多样性。
本书语言流畅、深入浅出、通俗易懂，内容编排科学合理、形式多样、生动活泼，为学生所喜闻乐见。

2.富有启发性和典型性。
书中充分结合大学生的实际，引用大量富有启发性的小故事，以及发生在大学生身边的典型事例，旨在启迪大学生对心理健康有正确的认识，正视自身心理发展问题。

3.突出实用性和可操作性。
书中尽量避免采用专业理论阐述大学生生活，而是结合大学生身边事例与存在的问题，揭示大学生心理发展的规律，理论与实践紧密结合。
每章节除了基本内容介绍外，章节后还配有思考与训练题目、心理测试题和课外阅读知识，便于知识的巩固和消化。

<<大学生心理健康与发展>>

书籍目录

第一章 健康心灵伴我成长——大学生心理健康观与发展第一节 大学生心理健康概述第二节 我国大学生心理健康现状第三节 大学生心理和谐发展的原则与方法思考与训练阅读与心理发展第二章 知己者明——大学生自我意识与发展第一节 大学生自我意识概述第二节 大学生常见的自我意识冲突第三节 提升自我 发展自我思考与训练阅读与心理发展第三章 适者生存——大学生心理适应与发展第一节 现实中的大学第二节 新生常见的心理适应问题及其原因第三节 新生心理适应的基本策略思考与训练阅读与心理发展第四章 学会学习——大学生学习心理与发展第一节 了解大学的学习第二节 大学生常见的学习问题第三节 大学生的学习策略思考与训练阅读与心理发展第五章 交际是人生的幸福——大学生人际关系与发展第一节 揭开人际关系的神秘面纱第二节 大学生的人际交往第三节 良好的人际关系从宿舍开始思考与训练阅读与心理发展第六章 走过浪漫的季节——大学生性心理与发展第一节 爱情的内涵第二节 性心理与常见性问题第三节 常见的恋爱心理困扰思考与训练阅读与心理发展第七章 习惯决定命运——大学生生活方式与发展第一节 大学生的生活方式第二节 不良生活方式的类型及其危害第三节 培养良好的生活习惯思考与训练阅读与心理发展第八章 自强闯未来——大学贫困生心理与发展第一节 贫困生的现状第二节 贫困生心理调适的方法与策略思考与训练阅读与心理发展第九章 赢在起跑线上——大学生职业生涯规划与发展第一节 大学生职业生涯规划概述第二节 探索职业兴趣 科学规划生涯第三节 树立新型生涯观 提升素质创未来思考与训练阅读与心理发展第十章 感恩之花遍地开——大学生感恩教育与发展第一节 感恩的内涵第二节 大学生感恩缺失的现状与分析第三节 将感恩之心付诸行动思考与训练阅读与心理发展参考文献后记

<<大学生心理健康与发展>>

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>