

<<大学生成长心理学>>

图书基本信息

书名：<<大学生成长心理学>>

13位ISBN编号：9787040290257

10位ISBN编号：7040290251

出版时间：2010-6

出版时间：高等教育出版社

作者：豆宏健，王成德 主编

页数：280

字数：440000

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>

<<大学生成长心理学>>

内容概要

本书从成长和发展的角度对大学生心理健康教育的理论和方法做了系统的阐述。

第一章简要介绍了心理学的一般知识。

第二章从大学环境和大学文化入手，帮助大学生理解和适应大学环境。

第三章到第五章主要论述大学生心理发展的过程和动力以及自我意识的形成，帮助大学生形成发展和成长意识。

第六章到第八章阐述了大学生知、情、意的特点以及个性培养。

第九章和第十章针对大学生生活的主要方面：学习和人际交往，帮助大学生学会学习、交往和沟通。

第十一章和第十二章针对心理问题的主要诱发因素：心理冲突、挫折、压力等，论述心理健康的标准和维护对策。

第十三章帮助大学生进行职业规划和顺利就业。

第十四章以幸福人生作为全书的结束篇，意在使大学生理解幸福的真谛，走好整个人生之路。

坚持理论和实际结合，科学性和应用性统一，知识和方法并重，形式活泼，通俗易懂，这是本书的特色所在。

本书适合作为各类高职高专院校以及本科类院校心理健康教育教材，亦可供相关社会人士参考。

<<大学生成长心理学>>

书籍目录

第一章 心理学：关于我们自己的一门科学 第一节 作为一门科学的心理学 第二节 心理世界
第三节 现代心理学第二章 大学环境和大学文化：适应与定位 第一节 大学物质环境 第二节
大学精神文化环境 第三节 大学生活第三章 成长历程：个性化与社会化的过程 第一节 心理发
展 第二节 社会化 第三节 大学生的身心发展与社会化第四章 需要和价值：我们为什么行动
第一节 从需要到价值观 第二节 大学生的主导动机第五章 认识自己：我是谁 第一节 自我意
识的结构和发展 第二节 大学生自我意识发展的特点 第三节 大学生的自我完善第六章 智能培
养：从智能优势到成功智力 第一节 能力及其影响因素 第二节 智力及其结构 第三节 从智能
优势到成功智力 第四节 大学生的智能发展第七章 情绪管理：做情绪的主人 第一节 情绪与意
志的结构和过程 第二节 大学生情绪的调节 与意志的培养第八章 人格塑造：成长和健全 第一
节 人格的含义和特征 第二节 人格画像 第三节 大学生人格健康及塑造第九章 学会学习和创
造 第一节 学习的概念和类型 第二节 大学生的学习风格与学习策略 第三节 大学生创造性的
培养第十章 和谐交往与有效沟通 第一节 人际关系和人际吸引 第二节 人际交往 第三节 人
际沟通 第四节 大学生的人际交往和人际关系 第五节 爱情第十一章 直面压力和挫折 第一节
心理冲突及其解决 第二节 挫折及其应对 第三节 压力及其调适第十二章 心理健康与维护
第一节 心理健康及其标准 第二节 大学生心理问题及其成因 第三节 大学生心理健康的维护第
十三章 职业规划与选择 第一节 职业生涯规划 第二节 大学生职业生涯规划的一般步骤 第三
节 大学生成功求职策略第十四章 幸福人生参考文献

<<大学生成长心理学>>

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>