

<<大学生心理素质训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理素质训练>>

13位ISBN编号：9787308087667

10位ISBN编号：7308087662

出版时间：2011-7

出版时间：浙江大学出版社

作者：龚惠香

页数：226

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>

## <<大学生心理素质训练>>

### 内容概要

由龚惠香编著的《大学生心理素质训练》根据团体咨询的理论和技巧，把活动式、体验式教学作为课堂教学的组织形式，与以往的教材相比，特色比较明显，主要体现在以下几个方面：形式新颖，内容针对，结构独特。

《大学生心理素质训练》共三篇二十五章节，主要内容为课程教案，学生体会，课程总结，认识自我——我是谁，珍惜生命，感恩生活，人际交往——做沟通的赢家等。

## <<大学生心理素质训练>>

### 作者简介

龚惠香，女，浙江大学教授，国家二级心理咨询师。

1982年1月毕业于浙江师范大学数学系。

1999年3月浙江大学管理学院管理工程研究生进修班结业。

2004年12月获得国家二级心理咨询师资格。

曾任浙江师范大学生物系党总支副书记、浙江大学计算机学院与软件学院党委副书记、浙江大学碧峰学园副主任、浙江大学附属医院直属党总支副书记，兼任浙江大学红十字会副会长、浙江大学心理咨询中心副主任等职。

2008年2月起任浙江大学城市学院总政中心主任，兼任浙江省中国特色社会主义理论体系研究中心特约研究员、浙江省高校马克思主义理论研究会理事、杭州市社科讲师团成员等职。

曾参加国家教育部课题一项、主持浙江省教育规划课题2项和浙江大学课题多项，出版专著一本《团体心理咨询的实践与研究》，发表论文80；套篇，其中一级论文9篇。

曾多次参加“团体心理咨询”、“焦点技术”、“意象对话”、“沙盘治疗”、“家庭治疗”、“创伤治疗及危机干预”等心理咨询培训。

在浙江省各高校、部队、社区、企业单位做过数百场心理健康讲座，深受欢迎。

## <<大学生心理素质训练>>

### 书籍目录

#### 第一篇 课程教案

- 第一章 相聚是缘
- 第二章 增强凝聚
- 第三章 认识自我——我是谁
- 第四章 认识自我——原生家庭
- 第五章 珍惜生命，感恩生活
- 第六章 我真的很不错
- 第七章 做情绪的主人
- 第八章 学会与压力同处
- 第九章 人际交往——建立良好的人际关系
- 第十章 人际交往——做沟通的赢家
- 第十一章 做时间的主人
- 第十二章 价值探索
- 第十三章 在爱中成长
- 第十四章 生涯设计——我的未来不是梦
- 第十五章 放飞心灵，笑迎未来

#### 第二篇 学生体会

- 用心生活，坚守理想
- 一下子，一辈子！
- 我们的故事
- 只求在我最美好的年华里遇见你
- 心灵旅程
- 感谢昨天，做好今天，规划明天
- 蜕变
- 为自己做的！

- 美丽的邂逅
- 梦寄花开
- 感谢
- 难忘——给龚老师的一封信
- 爱的告别式

#### 第三篇 课程总结

- 附件
- 参考文献

<<大学生心理素质训练>>

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>