

<<大学生心理健康实训教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康实训教程>>

13位ISBN编号：9787561353103

10位ISBN编号：7561353103

出版时间：2010-11

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：王军哲，年亚贤 主编

页数：198

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>

<<大学生心理健康实训教程>>

内容概要

在编写过程中，我们遵循了以下原则： 1．教育性原则。

教育性原则是编写《大学生心理健康实训教程》所遵循的基本原则。

贯彻教育性原则，要求教材内容要有利于学生心理的健康发展，有利于提高学生的心理素质，能有效地为实现学校的教育目标服务。

大学生心理教育是帮助大学生健康成长，积极推进素质教育的重要举措，是建设和谐校园的重要任务。

2．发展性原则。

发展性原则反映《大学生心理健康实训教程》一方面帮助学生预防、解决生活中所遇到的心理问题，另一方面对大学生心理健康成长、发展起着积极的促进作用。

旨在通过对大学生进行心理健康训练，帮助大学生学会用发展的眼光看待心理问题，科学地对待心理问题，在很大程度上是为他们今后的工作、学习、生活奠定和夯实心理健康素质基底。

3．实用性原则。

实用性原则体现的是《大学生心理健康实训教程》对心理学知识在具体问题具体情况下的具体应用。

通过活动性课程的演练，引导大学生掌握简单的心理技能训练方式和方法，进而达到及时解除心理问题的目的。

<<大学生心理健康实训教程>>

书籍目录

第一章 人际关系 第一节 宿舍人际关系 典型案例 心理之源 自我评估 策略训练
体验与收获 第二节 班级人际关系 典型案例 心理之源 自我评估 策略训练 体
验与收获 第三节 职场人际关系 典型案例 心理之源 自我评估 策略训练 体验与
收获第二章 学习方法 第一节 时间管理 典型案例 心理之源 自我评估 策略训练
体验与收获第三章 生活能力第四章 性爱与婚恋第五章 人生与创造第六章 职业准备第
七章 自我成长主要参考文献

<<大学生心理健康实训教程>>

编辑推荐

《大学生心理健康实训教程(普通高等院校适用教材)》(作者王军哲、年亚贤)内容包括人际关系、学习方法、生活能力、婚恋与性爱、人生与创造、职业准备、自我成长等,基本上涵盖了大学生在校学习、生活期间面临的主要心理问题。

在教材体系设计中突出了培养实际能力的训练,避免了行、知脱节的问题,各章内容以“典型案例”、“心理之源”、“自我评估”、“策略训练”、“体验与收获”为单元,逻辑上环环相扣,内容上彼此衔接,功能上优化整合,力求促学生在学习的过程中能够理论联系实际,达到学以致用效果。

<<大学生心理健康实训教程>>

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>