

<<大学生心理行为指导>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理行为指导>>

13位ISBN编号：9787810585262

10位ISBN编号：7810585266

出版时间：2003-2

出版时间：上海大学出版社

作者：黄红，张佩珍 主编

页数：290

字数：288000

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>

## <<大学生心理行为指导>>

### 内容概要

学业的繁重、就业市场的激烈竞争，使当代不少大学生的心理感到压力倍增。因此对大学生开展心理健康教育显得尤为重要，促进他们心理素质、文化素质、专业素质与思想道德素质的提高。

《大学生心理行为指导》一书作为教材，共分10章，计有28.9万字，分别就大学生的心理健康、大学生的个性、大学生的自我意识、大学生的情绪与情感、大学生的思维方式、大学生的学习心理、大学生的交往心理、大学生的恋爱心理、大学生的择业心理和异常心理等方面内容对大学生进行心理指导。

参编作者运用心理学与行为科学的理论及方法，具体指导大学生如何了解自己的心理特点及心理发展的规律，从而帮助他们加强心理自我调适，保持心理健康。

## &lt;&lt;大学生心理行为指导&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论 第一节 社会现代化与心理健康 第二节 心理素质对于大学生成才的作用 第三节 《大学生心理行为指导》的基本内容 第四节 《大学生心理行为指导》的学习要求

第一章 大学生的心理健康 第一节 心理与心理健康 第二节 大学生的心理健康 第三节 大学生的心理问题 第四节 保持心理健康的基本方法 附 心理测验量表：《症状自评量表》(SCL-90)

第二章 大学生的个性 第一节 关于个性的一般概念 第二节 影响个性形成与发展的主要因素 第三节 大学生的气质、性格与能力 第四节 正确对待自己的个性 附 心理测验量表：《气质自测量表》和《由颜色判别你的个性喜好》

第三章 大学生的自我意识 第一节 自我意识及其发展过程 第二节 大学生自我意识的特点 第三节 正确认识自我的方法与途径 附 心理测验量表：《你自我悦纳吗？》

第四章 大学生的情绪与情感 第一节 情绪与情感概述 第二节 大学生的情绪与情感 第三节 大学生情绪的自我调控 附 心理测验量表：《情绪健康自测》和《情绪稳定性自测》

第五章 大学生的思维方式 第一节 思维与思维方式 第二节 大学生的思维特点及培养 第三节 创造性思维及其培养 第四节 成功者的思维方式 附 心理测验量表：《创造力测验》

第六章 大学生的学习心理 第一节 学习概述 第二节 学习过程中的智力因素 第三节 学习的非智力因素 附 心理测验量表：《测测你的学习方式属于什么类型》

第七章 大学生的交往心理.....第八章 大学生的恋爱心理第九章 大学生的择业心理第十章 异常心理主要参考书目后记

<<大学生心理行为指导>>

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>