<<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。

<<大学生心理行为指导>>

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 《大学生心理行为指导》的学习要求第一章 大学生的心理 生心理行为指导》的基本内容 第四节 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 保持心理健康的基本方法 附 心理测验量:《症状自评量表》(SCL-90)第二章 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 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 质、性格与能力 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 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 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 第一节 思维与思维方式 第二节 大学生的思维特点及培养 学生的思维方式 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 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 习心理 第一节 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