

《大学生心理与健康》

图书基本信息

书名：《大学生心理与健康》

13位ISBN编号：9787564066659

10位ISBN编号：7564066652

出版时间：2012-8

出版社：北京理工大学出版社

页数：216

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《大学生心理与健康》

内容概要

大学生心理与健康，ISBN：9787564066659，作者：唐志红，曾金强 主编

书籍目录

- 第一章 大学生心理健康概述
 - 第一节 心理健康与大学生
 - 第二节 大学生心理健康的标准
 - 第三节 大学生心理健康教育的实施
- 第二章 认识自己
 - 第一节 大学生自我意识概述
 - 第二节 大学生自我意识的发展及类型
 - 第三节 大学生的不良自我意识及其调适
 - 第四节 大学生健全自我意识的培养
- 第三章 健全人格
 - 第一节 人格及身心发展
 - 第二节 大学生气质与性格
 - 第三节 大学生中常见的人格发展缺陷及其调适
 - 第四节 大学生健全人格的塑造
- 第四章 为人处世
 - 第一节 人际交往概述
 - 第二节 大学生人际交往的心理分析
 - 第三节 人际关系与人际交往的方法与艺术
- 第五章 管理情绪
 - 第一节 情绪概述
 - 第二节 大学生常见的情绪问题
 - 第三节 情绪的控制与调节
- 第六章 学会学习
 - 第一节 大学生的学习与心理健康
 - 第二节 大学生常见的学习心理问题
 - 第三节 智力元素的培养
 - 第四节 科学提升大学生的学习能力
- 第七章 爱的能力
 - 第一节 心理学视角下的爱情
 - 第二节 大学生恋爱中的常见困扰
 - 第三节 健康恋爱心理的培养
 - 第四节 大学生的性心理
- 第八章 职业准备
 - 第一节 职业生涯与大学生人生发展
 - 第二节 大学生就业心理问题及调适
- 第九章 应对压力
 - 第一节 挫折概述
 - 第二节 压力与压力应对
- 第十章 走出困境珍爱生命
 - 第一节 大学生的求助心理
 - 第二节 大学生心理障碍主要类型
 - 第三节 大学生的网络心理障碍及对策
 - 第四节 自杀的预防与干预

《大学生心理与健康》

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:www.tushu000.com