

# 《大学生心理健康与调适》

## 图书基本信息

书名：《大学生心理健康与调适》

13位ISBN编号：9787810902977

10位ISBN编号：7810902970

出版时间：2004-8

出版社：苏州大学出版社

作者：杨兴华

页数：343

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](http://www.tushu000.com)

# 《大学生心理健康与调适》

## 内容概要

本书具有以下特点：第一，在内容上强调科学性、基础性。本书从心理科学的角度来论述大学生人群中存在的各种心理现象，着眼于大学生常见的心理困扰。第二，在功用上强调应用性、针对性。本书注意选择与大学生生活息息相关的心理学知识，并列举日常生活中的实例，通过深入浅出的分析，力求贴近学生心灵，提高学生运用知识解决问题的能力。第三，在形式上，力求避免理论说教，尽量使理论分析与辅导方法有机结合。

本书旨在通过向大学生传授心理健康的基本知识，回答大学生发展过程中遇到的一些问题，对大学生心理调适起到一定的指导作用。本书以大学生普遍存在的问题为切入点，讲述的内容不仅包含了一些心理学理论常识，而且包含了许多具体实例。在体例上，除了有导入案例与分析提示、基本理论内容外，每章后还附有一些案例讨论、问题研讨及心理测量表等，供学生进一步思考和研究。

# 《大学生心理健康与调适》

## 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](http://www.tushu000.com)