

<<大学生心理健康教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教程>>

13位ISBN编号：9787030317049

10位ISBN编号：7030317041

出版时间：2011-8

出版时间：科学出版社

作者：杨世昌

页数：387

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>

## <<大学生心理健康教程>>

### 内容概要

《大学生心理健康教程(高等教育十二五规划教材)》(作者杨世昌)结合大学生群体的心理特点,针对大学生在学习、生活中所出现的各种心理问题,从大学生心理健康教育的角度进行展开。主要内容包括大学生的人生轨迹与心理健康、生活与适应、学习心理与调适、创造能力及培养、自我意识、情绪、人际交往、健全人格培养、挫折与应对、恋爱心理与发展、职业生涯规划、常见心理和生理障碍及行为问题等方面。

《大学生心理健康教程(高等教育十二五规划教材)》适合作为高等学校各专业的心理健康课教材,也可以作为心理学爱好者的参考用书。

# <<大学生心理健康教程>>

## 书籍目录

前言

### 第一章 大学生心理健康概述

第一节 基本概念

第二节 大学生心理发展的特点及常见问题

第三节 思考与展望

思考题

### 第二章 人生轨迹与心理健康

第一节 婴幼儿心理健康

第二节 童年期的心理健康

第三节 青春期的心理健康

第四节 成年期的心理健康

思考题

### 第三章 大学生的生活与适应

第一节 适应概述

第二节 大学生的社会适应能力培养

第三节 大学新生常见的适应问题与调适

思考题

### 第四章 大学生学习心理与调适

第一节 大学校园的学习

第二节 大学生学习心理问题与调适

思考题

### 第五章 大学生的创造能力及其培养

第一节 大学生创造能力的发展

第二节 大学生创造心理的特点

第三节 大学生创造能力的培养

思考题

### 第六章 大学生自我意识与心理健康

第一节 自我意识

第二节 大学生自我意识

第三节 健康自我意识的培养

思考题

### 第七章 大学生情绪与心理健康

第一节 情绪概述

第二节 大学生情绪与控制

思考题

### 第八章 大学生人际交往与心理健康

第一节 人际交往概述

第二节 大学生人际交往

第三节 大学生良好人际关系培养

思考题

### 第九章 大学生人格发展与心理健康

第一节 人格概述

第二节 大学生人格的形成及特征

第三节 大学生的人格障碍及调适

第四节 大学生健全人格的培养

## <<大学生心理健康教程>>

思考题

### 第十章 大学生挫折与应对

第一节 挫折概述

第二节 大学生挫折的理论及成因

第三节 大学生挫折的表现及防御机制

第四节 大学生如何应对挫折

思考题

### 第十一章 爱情与健康

第一节 爱情概述

第二节 大学生恋爱心理

第三节 大学生性心理

思考题

### 第十二章 大学生职业生涯规划与心理健康

第一节 大学生职业生涯规划概述

第二节 大学生职业生涯规划的理论与方法

第三节 大学生择业的心理及准备

思考题

### 第十三章 大学生常见的心理生理障碍

第一节 睡眠障碍

第二节 进食障碍

第三节 疼痛

思考题

### 第十四章 大学生常见精神障碍

第一节 焦虑症

第二节 恐惧症

第三节 强迫症

第四节 心境障碍

第五节 应激相关障碍

第六节 精神分裂症

第七节 急性短暂性精神病

第八节 精神活性物质所致精神障碍

思考题

### 第十五章 大学生常见的行为问题

第一节 大学生常见行为问题概述

第二节 大学生极端行为

第三节 大学生网络成瘾

第四节 大学生同居的相关行为问题

思考题

### 第十六章 高校心理卫生与心理咨询

第一节 高校心理卫生工作的基本框架

第二节 高校心理咨询的理论与方法

第三节 高校心理咨询的发展与现状

思考题

参考文献

<<大学生心理健康教程>>

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>