

<<大学生团体心理训练教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生团体心理训练教程>>

13位ISBN编号：9787121196126

10位ISBN编号：7121196123

出版时间：2013-2

作者：张婷

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>

<<大学生团体心理训练教程>>

内容概要

内容简介

《大学生团体心理训练教程》紧紧围绕当代大学生的身心特点、生活环境、学习实际以及常见的心理障碍展开，旨在通过有目的、有计划的心理训练，帮助大学生优化心理素质，提高心理健康水平，增强社会适应性。

本书具体章节涉及“适应环境篇”、“自我意识篇”、“和谐人际篇”、“合理情绪篇”、“应对挫折篇”、“快乐学习篇”、“美丽爱情篇”和“心灵成长篇”。

学习固然是学生的主要任务，但大学阶段的学习已不局限于以往的学习概念，我们将进一步探讨大学生的学习心理。

此外还有“爱情”这个大学生普遍关注的问题。

相信通过对全书学习与训练之后，你一定会对自身心理健康有所认识和把握。

<<大学生团体心理训练教程>>

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>