

<<大学生心理健康与发展>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康与发展>>

13位ISBN编号：9787308043052

10位ISBN编号：7308043053

出版时间：2005-8

出版时间：浙江大学出版社

作者：何金彩

页数：210

字数：277000

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>

<<大学生心理健康与发展>>

内容概要

本书定位于教材和科普读物之间，既有理论探讨，又有可行性的建议，目的是使学生在对大学生活感性认识的基础上，懂得心理学的理论知识，掌握自我心理保健的要领和方法，提高心理素质和处理生活问题的能力，增强社会适应能力，从而成为一个全面发展的有个性的人才。

全书共分十八章，可概括为大学生心理发展、大学生期间各种心理应激以及心理干预方法。

内容丰富，语言精练，深入浅出，通俗易懂。

紧密结合当代大学生突出的心理问题是本书的最大特色，特别是大学生恋爱与性心理健康、互联网与大学生心理健康、大学生常见的心身疾病与心理障碍、大学生心理危机干预等章节内容和观点较新，也是本书的几大亮点。

本书既可作为大学生心理健康教育的教材，也可作为自我修养、心理保健的读本，对于广大教育工作者及学生家长，本书也不失为一本有价值的参考资料。

<<大学生心理健康与发展>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 心理健康忍气吞声内涵及评价标准 第二节 大学生心理健康现状 第三节 心理健康教育的主要内容和任务 第四节 离校心理健康教育状况第二章 大学生的心理发展 第一节 个体发展的基本理论 第二节 大学生的心理发展第三章 大学生认知过程 第一节 感觉与知觉 第二节 记忆与遗忘 第三节 思维 第四节 注意状态第四章 大学生的个性 第一节 个性概述 第二节 能力、气质与性格第五章 大学生的情绪 第一节 大学生情绪概述 第二节 大学生觉情绪困扰 第三节 大学生优良情绪的培养第六章 大学生适应与心理健康 第一节 大学生适应理论概述 第二节 大学生适应中觉的心理困扰 第三节 大学生心理调适措施第七章 大学生挫折与心理健康 第一节 挫折概述 第二节 影响挫折的相关因素及个体应对挫折的策略 第三节 大学生心理挫折与调适第八章 大学生学习与心理健康 第一节 大学生学习心理概述 第二节 大学生学习心理健康第九章 大学生压力与心理健康 第一节 压力概述 第二节 大学生常见的压力源及应对策略 附录第十章 大学生人际关系与心理健康 第一节 人际关系概述 第二节 人际关系的影响因素 第三节 建立良好的人际关系 附录 社交能力自测表第十一章 大学生恋爱与性心理健康 第一节 性生理和性心理的发育 第二节 大学生恋爱心理特征 第三节 大学生性心理特征 第四节 大学生的性健康第十二章 互联网与大学生心理健康 第一节 互联网与大学生 第二节 大学生络性心理障碍.....第十三章 大学生择业与心理健康第十四章 大学生常见心身疾病与心理障碍第十五章 心理测验第十六章 大学生心理咨询与治疗第十七章 大学生心理危机干预第十八章 大学生自我心理保健中英文对照参考文献

<<大学生心理健康与发展>>

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>