第一图书网, tushu007.com

<<高职学生心理健康>>

图书基本信息

书名：<<高职学生心理健康>>

13位ISBN编号：9787502163822

10位ISBN编号：7502163824

出版时间：2008-1

出版时间：石油工业

作者：刘静

页数：181

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书运用心理学及相关科学理论，针对高职学生在学习、情绪情感、人际交往、恋爱等方面遇到的矛盾和问题，在介绍理论知识的基础上，突出针对性和实效性，对学生了解心理健康知识，适应大学生活，避免出现心理失衡和心理障碍具有重要的指导意义。

本书可读性强，适合各类高、中等职业学院教学、培训使用，也可作为青年朋友的知识性读本。

<<高职学生心理健康>>

书籍目录

第一章　心理健康篇　生活链接　心之探索（一）健康与心理健康　心之探索（二）心理健康的标准　心之探索（三）健康的心理，终生受益　阅读与欣赏　训练营　心理测验第二章　心理适应篇　生活链接　心之探索（一）心理适应及其必要性　心之探索（二）高职院校新生适应的内容　训练营　心理测验第三章　学习心理篇　生活链接　心之探索（一）学习心理探索　阅读与欣赏　心之探索（二）创造性思维和创新能力的探索与培养　阅读与欣赏　心之探索（三）考试的心理卫生　训练营　心理测验第四章　认识自我篇　生活链接　心之探索（一）认识自我　阅读与欣赏　心之探索（二）完善自我探索　阅读与欣赏　活动设计　心理测验第五章　人际交往篇　生活链接　心之探索（一）人际交往　阅读与欣赏　心之探索（二）人际交往理论　心之探索（三）人际交往的艺术　训练营　活动设计　心理测验第六章　情绪管理篇　生活链接　心之探索（一）情绪　心之探索（二）情绪与健康　阅读与欣赏　心之探索（三）管理自己的情绪　训练营　活动设计　心理测验第七章　挫折应对篇　生活链接　心之探索（一）挫折　阅读与欣赏　心之探索（二）挫折的心理防御　心之探索（三）提高挫折承受能力　训练营　活动设计　心理测验第八章　个性完善篇　生活链接　心之探索（一）个性　心之探索（二）性格　阅读与欣赏　训练营　活动设计　心理测验第九章　恋爱心理篇　生活链接　心之探索（一）爱情　阅读与欣赏　心之探索（二）恋爱中存在的问题　心之探索（三）恋爱心理调适　训练营　心理测验第十章　性心理篇　生活链接　心之探索（一）性与性心理概述　阅读与欣赏　心之探索（二）常见的性心理健康问题　心之探索（三）培养科学健康的性观念　训练营　心理测验第十一章　心理问题预防篇　生活链接　心之探索（一）心理问题　阅读与欣赏　心之探索（二）心理障碍与心理疾病　心之探索（三）心理问题的调适　训练营　活动设计　心理测验参考文献

第一图书网, tushu007.com

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