第一图书网, tushu007.com

<<大学生心理健康向导>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康向导>>

13位ISBN编号：9787561754917

10位ISBN编号：7561754914

出版时间：2007-9

出版时间：华东师范大学出版社

作者：张云

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

内容概要

本书从当代大学生的现实生活出发，概括出14种常见的心理困惑，除导论外，分别论述当代大学生的团队心理、竞争心理、挫折心理、自卑心理、嫉妒心理、道德心理、物欲心理、恋爱心理、机会心理、学习心理、创新心理、休闲心理、网络心理、择业心理等。
可作为大学生思想道德修养课程的选用教材，同时也适合于大学生的课外阅读。
　本书的特点一是通俗化，二是案例多，三是针对性强；本书几乎囊括了大学生从入校到毕业可能遇到的全部的心理问题，对大学生的心理健康和良好的思想品德的养成极具帮助。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

张云，男，1953年3月生，汉族，浙江嘉善人，1983年华东师范大学政教系毕业后留校任教，研究生学历。

现任华东师范大学教授、研究生导师，政教系系主任、思想政治教育专业学科点负责人、校精神文明研究中心研究员。

社会兼职：中国公共关系协会理事、学术委员会委员

<<大学生心理健康向导>>

书籍目录

前言导论：从当代大学生的健美热出发　第一节　当代大学生的健美热　第二节　健美的外表与健美的心理　第三节　让我们的身心都健美第一章　在和谐的人际环境中生存　第一节　和谐与亲密带来愉悦　第二节　为什么人和人难相处　第三节　有容乃大，宽己宽人第二章　过度的竞争心理不足取　第一节　在竞争中胜出的大学生 第二节　竞争展示青年人的特征 第三节　花红柳绿，各有优势第三章　挫折终究是过眼烟云　第一节　受挫感是人之常情　第二节　对待挫折的两种态度　第三节　让性格更加坚强第四章　驱除心底的自卑感　第一节　自卑是深层的自我感受　第二节　自卑者不一定是失败者　第三节　勤奋是驱除自卑的良药第五章　排遣嫉妒带来的痛苦　第一节　面对别人的嫉妒　第二节　面对自己的嫉妒　第三节　用理智来化解嫉妒第六章　道德感是立身的根本　第一节　道德感——一种高尚的情感　第二节　道德感的迷失是人生的隐患　第三节　在诱惑中彰显人格的尊严第七章　理智地对待物质方面的追求　第一节　物质追求是正常需要的反映　第二节　片面的物质追求不可取　第三节　理智地设计需要发展的方向第八章　在“热恋”中提防“热昏”　第一节　莫让恋爱变成悲剧　第二节　谈恋爱要兼顾各个方面　第三节　开美丽的花，结坚实的果第九章　机会青睐主动的人 第一节　主动和被动是两种处世态度 第二节　主动为自己和主动为他人　第三节　坐着想不如起来行第十章　把学业的基础夯实第十一章　张扬自己的创新精神第十二章　以适当的休闲放松心情第十三章　做网络世界的“主人”第十四章　面对择业和创业的选择后记

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