

<<大学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787562129745

10位ISBN编号：7562129746

出版时间：2004-9

出版时间：西南师范大学出版社

作者：张大均

页数：225

字数：287000

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>

<<大学生心理健康教育>>

内容概要

《大学生心理健康教育——诊断·训练·适应·发展》的编写，以促进学生心理的适应和发展两大任务为主轴，从大学生心理发展的年龄特征和已有心理素质发展水平出发，以大学生的健康个性品质培养为核心，针对大学生学习、生活、交往、成长、成才中普遍存在或可能出现的心理问题为重点，通过“诊断”引导学生正确认识自我，针对具体问题进行策略“训练”指导学生合理应用应对策略，增强自我调节能力，进而达成指导学生积极适应、促进学生主动发展的目标。

本教材结合我国大学素质教育的现实要求，充分考虑了大学生心理健康维护和心理素质培育的渐成性、内化性和活动性等特殊要求，具有以下突出特点：科学性；目的性；实用性；系统性；创新性。

<<大学生心理健康教育>>

书籍目录

适应篇 学会生活 01 同一块石头[主题：生理自我] 02 春天花会开[主题：性和爱] 03
Lit if be [主题：压力调节] 学会学习 04 学习的“主宰”[主题：学习动机] 05 不做单面
人[主题：扩展学习视野] 06 因材施教[主题：学习风格] 学会交往 07 求同存异[主题：宿
舍人际交往] 08 外圆内方[主题：待人与待己] 09 开启心灵之门[主题：人际沟通] 学会做
人 10 做情绪的主人[主题：对自己的情绪负责] 11 为自己负责[主题：对自己的言行负责]
12 道德的阶梯[主题：道德推理阶段] 发展篇 发展智能 发展个性 发展社会性 发展创造性

<<大学生心理健康教育>>

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>