

<<大学新生心理健康教育读本>>

图书基本信息

书名：<<大学新生心理健康教育读本>>

13位ISBN编号：9787801781673

10位ISBN编号：7801781678

出版时间：2004-1

出版时间：华龄出版社

作者：刘正刚 编

页数：250

字数：130000

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>

<<大学新生心理健康教育读本>>

内容概要

大学的新同学们，大学的新朋友们，当你豪情满怀地告别父老乡亲，从“两点一线”的中学生活进入色彩斑斓的大学生活时，当你神情坦然地徜徉在大学的校园里时，胸佩大学校徽的你，是否意识到今天的你已不是昨天的你？

蓦然从初入校门的新奇与激动中苏醒过来，面对新生活的困惑时，大学的新朋友们，你们准备好了吗？

<<大学新生心理健康教育读本>>

书籍目录

入学准备 为什么读大学？

你做好上大学的准备吗？

怎么熟悉你的专业？

怎样制定未来一年的学习和生活计划？

大学学习 大学学习，你准备好了吗？

制定学习计划，合理利用时间，提高学习效率 你了解自己的智力吗？

课外活动——你的第二课堂学会生活 大学生的理财观念和理财心理 如何度过大学入学后的适应期？

大学生的恋爱心理 如何使大学生活丰富多彩？

个人成长 探寻价值，创造人生 认识自己，品尝生命的喜悦 如何培养良好的自我认知能力？

认识性格，播种性格 乐观或悲观，一切在你选择 盘点自己，设计人生心理健康 什么是心理健康？

如何应对挫折？

如何正确认识和处理与别人的冲突与矛盾？

如何判断和你待你生活和学习中的压力？

心理压力的自我检查

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>