

青年心理健康教程——大学生品德修养丛书



[青年心理健康教程——大学生品德修养丛书_下载链接1](#)

著者:柳建营

出版者:北京工业大学出版社

出版时间:2002-9-1

装帧:

isbn:

为了进一步普及心理健康知识，提高青年心理调节能力，及时帮助青年消除在成长过程中所遇到的各种困惑与烦恼，我们组织了一批长期从事青年学生心理咨询、心理学理论研究和教育、思想道德教育的专家和学者，编著了这本《青年心理健康教程》。

本书注重理论与实践的结合，密切关注青年学生的实际，对青年学生在学习、生活、个性发展等方面遇到的心理问题进行了分析探讨，并提出了多种调适、解决的思路和方法，可为青年学生提供一定的帮助。本书可作为大专院校非心理学专业学生心理健康课的教材，也特别适合广大青年自学参考。

作者介绍:

目录: 导论
一、成功成才需要健康的心理
二、改革开放以来我国青年学生的心理轨迹
三、研究青年心理健康的原则与方法
第一章 青年心理健康概述

第一节	心理健康的涵义及标准
第二节	青年常见心理问题
第三节	增进青年的心理健康水平
第二章	青年环境适应与心理健康
第一节	生活适应与发展
第二节	环境改变与角色转换
第三节	学会适应，走向成功
第三章	青年的人际交往与心理健康
第一节	人际交往心理概述
第二节	青年人际交往心理误区及调适
第三节	青年人际交往的能力与技巧
第四章	青年的学业成绩与心理健康
第一节	学习的首要条件
第二节	青年学习的特点及学习能力的培养
第三节	青年常见的学习心理问题及调适化解
第五章	青年的情绪与心理健康
第一节	青年的情绪行为
第二节	情绪健康与情绪障碍
第三节	青年的情绪控制与调节
第六章	青年的自我意识与心理健康
第一节	自我意识的一般问题
第二节	青年自我意识的特点与心理健康
第三节	青年的自我成长与心理健康
第七章	青年的人格与心理健康
第一节	人格心理的一般问题
第二节	青年的人格障碍及调适
第三节	青年心理健康的培养与健全人格的塑造
第八章	青年的爱情与心理健康
第一节	青年爱情心理的一般问题
第二节	青年的恋爱观
第三节	青年恋爱心理的困惑与调适
第四节	培养青年健康恋爱心理
第九章	青年性与心理健康
第一节	青年性心理发展及其特征
第二节	青年的怀心理困扰及其调适
第三节	青年性心理健康的维护
第十章	青年的就业与心理健康
第一节	青年就业的心理表现
第二节	青年的就业心理特点
第三节	青年的就业心理健康
后记	

• • • • • [\(收起\)](#)

[青年心理健康教程——大学生品德修养丛书 下载链接1](#)

标签

评论

[青年心理健康教程——大学生品德修养丛书 下载链接1](#)

书评

[青年心理健康教程——大学生品德修养丛书 下载链接1](#)