

大学生心理健康



[大学生心理健康_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2005-8

装帧:

isbn:9787564005863

本书是河南省教育厅“十五”教育科学规划课题的内容，围绕高职大学生身心发展特点以及高职教育特色，针对高职大学生在环境适应、学习、人际交往、情绪调节、挫折应对、恋爱、就业等方面遇到的心理问题和心理障碍，较为全面地介绍了与其相关的心理学理论知识，重点突出帮助大学生进行自我心理保健的基本方法和技术，尽可能与高职教育培养实用型、技能型人才的目标相适应。

本书选择了案例与情景活动结合的方法，将理论学习与实际应用相结合，增加了本书的可读性和趣味性。内容翔实、浅显易懂、知识点覆盖全面且结构清晰，注重理论与实际操作相结合，本书每章后面都附有与本意内容相关的心理测验量表或情景活动，有利于自我测试，自我了解，自我调节。本书适合高职高专院校师生使用，同时对于广大教育工作者、心理学爱好者和学生家长，可作为一本颇有价值的参考书。

作者介绍:

目录:

[大学生心理健康_下载链接1_](#)

标签

评论

[大学生心理健康_下载链接1_](#)

书评

[大学生心理健康_下载链接1_](#)