

大学新生心理自我保健



[大学新生心理自我保健 下载链接1](#)

著者:石红

出版者:华东理工大

出版时间:2007-9

装帧:

isbn:9787562821441

当今社会变革迅猛、竞争激烈、选择多元，如何进行积极的心理自我保健和情绪自我调

控，以便更好地适应大学生活，这是每一位青年大学生所面临的重要课题。

本书系大学生心理素质教育教材。主要介绍了心理健康、新生心理适应心理特点与保健、人格、自我意识、学习心理、人标关系、挫折应对、爱情、性与心理健康、心理咨询常识等，并提供相关案例及测试。对大学生在学习期间可能面临的各種心理冲突，在心理上加以引导，以提高心理承受能力和心理素质。

作者介绍:

目录:

[大学新生心理自我保健_下载链接1](#)

标签

评论

[大学新生心理自我保健_下载链接1](#)

书评

[大学新生心理自我保健_下载链接1](#)