

大学生心理健康教育



[大学生心理健康教育_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-6

装帧:

isbn:9787109120631

《大学生心理健康教育》根据教育部《普通高等学校大学生心理健康教育工作的实施纲要》的文件精神，结合高职院校学生的心理健康状况编写的。共分十一章，以心理学为理论基础，介绍了心理健康基础知识和高职院校学生的心理特点，从各个角度深入浅出地阐述了高职院校学生在学习、生活中遇到的各种心理问题和常用的调适方法。具有一定的理论性和较强的实用性，对提高高职院校学生心理健康水平、促进学生健康成长具有重要的意义。具体内容包括适应大学生活、正确地认识自我、学会学习、人际交往的艺术、如何调节情绪、如何面对挫折、塑造健全的人格、恋爱与心理健康、就业与心理健康、网络与心理健康等。

本教材在编写过程中，插入“生活链接”、“校园聚焦”、“名人论坛”、“知识窗”、“资料库”、“小测试”等内容，使教材形式活泼，增强了内容的生动性、趣味性和可读性。内容深入浅出、通俗易懂，突出了知识性、针对性和可操作性。

本教材可作为高职院校学生的教学用书，也可供从事教育管理、心理咨询等工作的专业人员阅读和参考。

作者介绍:

目录:

[大学生心理健康教育_下载链接1_](#)

标签

评论

[大学生心理健康教育_下载链接1_](#)

书评

[大学生心理健康教育_下载链接1_](#)