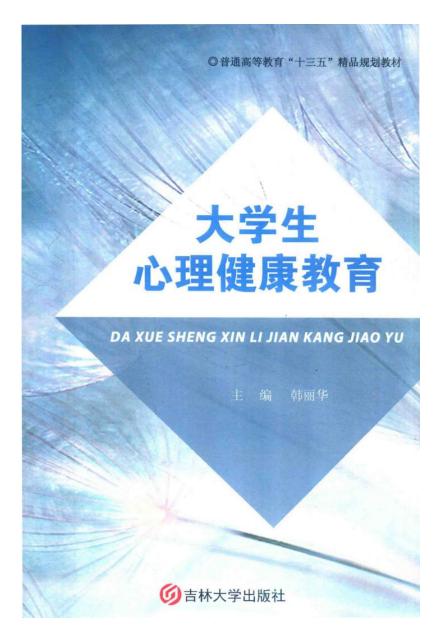
大学生心理健康教育



作者: 韩丽华主编; 张燕副主编 出版社: 长春: 吉林大学出版社

出版日期: 2018.04

总页数: 188

介绍:大学生心理健康教育专题为全校公共选修课,它是一门心理健康教育和自我保健、心理素质培养的普及和启蒙课程,兼具科学性、基础性和实效性,主要以普及心理卫生,心理健康和心理自我保健的基础知识为主,并通过互动式教学的方法和团体辅导的技术,针对大学生的心理特点、帮助学生澄清思维中一些固化的不合理认知,增强学生的自我保健意识;矫正异常行为、培养学生的健康习惯;预防和消除学生中常见的心理障碍,提高学生应付挫折的能力,增强学生的心理调适能力。从而达到培养学生良好的心理素质的目的。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/14365935.html) 查找全本阅读方式

大学生心理健康教育 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/14365935.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

 $\verb|https://www.jiaokey.com/book/detail/14365935.html|$

书名: 大学生心理健康教育