

青春不迷茫 大学生自我成长指南



作者：刘少英著

出版社：杭州：浙江大学出版社

出版日期：2017.09

总页数：158

介绍：大学生进入大学后，对于自我和未来均充满了迷茫，这种迷茫是一种正常的心理发展现象——自我同一性危机。该危机若是能够顺利渡过，大学生则能够顺利渡过大学生活，具有良好的社会适应能力；如若不然，则会出现退学，心理健康危机，社会适应不良。刘少英著的《青春不迷茫——大学生自我成长指南》结合这一现象，将作者七年来在大学生自我成长方面的研究，通过通俗的笔法，引导大学生：发现自我，找到自我成长的方向；挖掘其迷茫原因；帮助大学重构其自我认知，重构自我与他人的关系认知（人际交往和婚恋关系），重构其自我与职业环境的关系认知，从而促进大学生能够确立同一性。本书的内容源自作者近五年来大学生的成长数据调查结果，贴合大学生的成长现状。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14325418.html>）查找全本
阅读方式

青春不迷茫 大学生自我成长指南 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14325418.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14325418.html>

书名：青春不迷茫 大学生自我成长指南