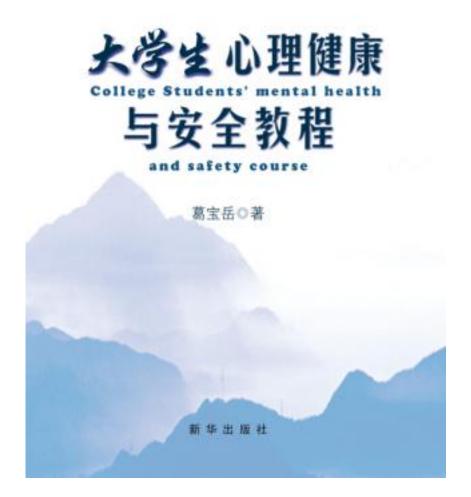
大学生心理健康与安全教程



作者: 葛宝岳著

出版社:北京:新华出版社

出版日期: 2015.08

总页数: 289

介绍:本书主要包括以下内容:1、心理健康、心理安全和生命教育相关知识。2、大学生日常生活中心理问题应对策略与技能训练:情绪管理与挫折应对策略;人格完善策略;心理素质自我评价方式;新媒体下的学习方法;内向人格的优势锤炼;自信心训练技术;失恋的应对;性心理问题应对等。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/96148795.html) 查找全本阅读方式

大学生心理健康与安全教程 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/9614879 5.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/96148795.html

书名: 大学生心理健康与安全教程