

<<大学生心理健康十五讲>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理健康十五讲>>

13位ISBN编号：9787121145957

10位ISBN编号：7121145952

出版时间：2011-9

出版时间：电子工业出版社

作者：李先锋 编

页数：316

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<大学生心理健康十五讲>>

### 内容概要

这本由李先锋主编的《大学生心理健康十五讲(第2版)》是在积极关注中国大学生心理健康的宏观态势、深刻领会中国高等教育管理与运行的政策法规、积极关注当代大学生内心世界的现实需求和矛盾冲突、创造性运用心理学相关分支学科的理论和技术的基础上编纂的一本富有特色的“教科书”。

本书分为上下两篇，上篇是10个主讲话题，下篇是5个自主阅读内容，还包括1个附录。

上下篇之间既相互独立，又相互衔接，涵盖了“科学的心理健康观”、“维护心理健康的基本理念和策略”、“关注大学生心理健康的实务”三大板块的内容。

全书语言亲切自然，将人生的哲理娓娓道来，细致入微，引人入胜。

《大学生心理健康十五讲(第2版)》不仅适宜作为高等院校开设大学生心理健康教育课程的教材，也可作为关心自己心理健康、渴求解决现实生活中疑难问题的自助心理宝典，同时适合于青少年、心理健康专业学习者和工作者、大学生家长们阅读、参考。

## <<大学生心理健康十五讲>>

### 作者简介

李先锋，男，1965年生，山东省临沂市人，华南师范大学心理学博士，东莞理工学院教授。自1991年起，一直从事心理健康的学术研究和应用推广事业。

出版专著两部，在专业核心杂志上发表论文50余篇。

专长于“大学校园心理危机预警与干预”、“企业员工援助计划”、“职业生涯规划”等方面的专业化运作，是一位兼具理论研究建树和应用推广业绩的心理学专家。

## <<大学生心理健康十五讲>>

### 书籍目录

#### 上篇

- 第1讲 健康人生从心开始
- 第2讲 珍惜生命机遇守住人生底线
- 第3讲 人生需要规划敢问路在何方
- 第4讲 为学业成长寻稳健动力
- 第5讲 天堂与地狱在同一个入口
- 第6讲 爱情如花精彩绽放
- 第7讲 人生是一次与人相伴的远行
- 第8讲 亲情至爱生命根脉
- 第9讲 俯瞰职场路径通达进退规则
- 第10讲 享受专注投入的乐趣 体验探索成功的滋味

#### 下篇

- 第11讲 禁果误食中毒症
- 第12讲 谁来护卫我们自己的精神家园
- 第13讲 歧路导行
- 第14讲 发现生活之美体验人生之乐
- 第15讲 当你孤单的时候你会想起谁
- 附录A 优雅的转身做自信的你
- 参考文献

## <<大学生心理健康十五讲>>

### 章节摘录

版权页：致我的女儿：现在很爱他吗？

如果是，就爱吧，不要逃避，但也不要沉迷！

热恋中的你把他看得很重吗？

想过以后和他能在一起吗？

孩子，不是妈妈打击你，理智一点，大学里的恋爱又有多少最终能在一起的呢？

现在的男生很现实的，到该让他为你做牺牲的时候，他只会和你说对不起。

几年以后，或工作，或深造。

总之多是各奔东西，好言好散。

为了恋爱而恋爱吧。

好好珍惜在一起的每分每秒。

既然短暂，为何又要让不快充斥你的回忆呢。

我亲爱的女儿啊，十九岁，是花一般的季节，是珍惜青春，享受爱情的季节。

为什么不让你大学里的爱恋化为一颗美丽的水晶，清澈，单纯，简单。

大学是人生很重要的阶段。

妈妈可以告诉你，你今后在社会上的爱恋与此时相比是截然不同的。

大学是你的庇护塔，保护你，在你完全融入复杂世界之前，这是一方净土。

在这方净土上撒下爱情的种子，也便是无悔了。

如果两年后他对你说：“对不起。

”我的女儿，一定要微笑着对他说：“谢谢你。

”给这段爱情画上完美的句号。

女儿，他那天把他对你的誓言全部收回了，是吗？

他曾对你说过爱你一生一世，要娶你，是吗？

很心痛吧？

坚强些。

你们都太年轻，都还没资格给对方承诺。

他是个好孩子，至少他不会骗你。

爱，是相信，相信他，只要他还深爱你。

他的做法是对的。

没必要给你一个虚幻的承诺。

现实是残酷的，无论什么都会输给它的。

你们太年轻，没必要考虑到将来，没必要背负过多的累赘，只是，简单一些。

爱情不是童话，不一定都会有美丽的结局。

既然你当初选择爱了，就必须准备面对一份爱情可能带给你的伤痛。

也许最后你们还深爱彼此，也许他后来先疲倦了，也许你遇到更好的……有太多不如人愿的结局了。

女儿，不是让你对爱情抱有消极的态度。

只是我的女儿太年轻，承受不了太多伤痛。

希望越多，失望越多，所受的打击也必定更重。

所以放开心，既然爱了，就好好爱。

不要不爱，不要太爱。

## <<大学生心理健康十五讲>>

### 编辑推荐

《大学生心理健康十五讲(第2版)》是大学生心理健康教育力作，青年人智慧人生成功宝典。探索大学生精神家园，引领青年人健康成长。

<<大学生心理健康十五讲>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>