

<<初中生心理健康指导手册>>

图书基本信息

书名：<<初中生心理健康指导手册>>

13位ISBN编号：9787030134707

10位ISBN编号：7030134702

出版时间：2004-7-1

出版时间：科学出版社

作者：雷雳

页数：237

字数：235000

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>

## <<初中生心理健康指导手册>>

### 内容概要

本书针对初中生成长过程中遇到的常见心理问题——如“讨厌学习”、“考试焦虑”、“青春焦虑”、“异性交往”、“逆反心理”等问题，从理论上进行了权威性的指导分析，简明透彻；从实践上给出了极具操作性的方法，切实可行；语言风格如朋友谈心，通俗易懂、平易近人。书中还配以轻松幽默的漫画，令人忍俊不禁，爱不释手，非常有助于提高初中生的自我意识、自我调节能力，从而促进身心健康发展。

## &lt;&lt;初中生心理健康指导手册&gt;&gt;

## 书籍目录

1 什么是心理健康的标志2 哪些因素影响初中生的心理健康3 初中生的心理特点是怎样的4 初中生心理健康的状况如何5 初中生为什么要保持心理健康6 初中生的心理健康教育能起什么作用7 新入学的学生如何适应新的生活——新生入学适应8 怎样才能对学习感兴趣——学习兴趣9 怎样为能喜欢读书——阅读及写作10 良好的学习方法是怎么形成的——学习方法11 贪玩怎么办——贪玩误学12 为什么有的同学总是学不好功课——学习障碍13 为什么有的同学讨厌学习——厌学问题14 为什么有的同学害怕上学——学校恐怖症15 特别胖的同学有没有麻烦——肥胖症16 什么是青春焦虑——青春期性教育17 我们遭遇挫折后应该怎么办——应对挫折18 我们如何摆脱嫉妒的纠缠——嫉妒19 胆小的同学如何才能变得大胆些——怯懦20 如何改掉乱发脾气的坏习惯——发脾气21 何对待我们的逆反心理——逆反心理22 如何平复创伤经历后的情绪——让不愉快的是不再烦我23 如何提高自己的情商——情商24 我们怎样为他人和社会做点事——亲社会行为25 我们怎样成为有责任心的人——责任心26 如何抵御各种迷人的诱惑——抗拒诱惑27 为什么有的同学经常打人——欺负行为28 为什么有的同学要撒谎——撒谎29 你为什么能和朋友无话不谈——同伴关系30 如何与异性同学交往才恰当——异性交往31 如何形成良好的师生关系——师生关系32 你和父母之间有“代沟”吗——亲子关系33 怎样能够变得更聪明——让自己变聪明34 我们应不应该做家务——做家务35 如何面对家人生病或去世——家人生病或去世36 为什么有的同学痴迷于电视——电视孤独症37 为什么有的同学痴迷于电子游戏——电子海洛因38 为什么有的同学痴迷于互联网——互联网成瘾

<<初中生心理健康指导手册>>

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>