

<<遇见更好的自己>>

图书基本信息

书名：<<遇见更好的自己>>

13位ISBN编号：9787111337768

10位ISBN编号：711133776X

出版时间：2011-5

出版时间：机械工业出版社

作者：王茜,杨宇然,姜月

页数：236

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>

<<遇见更好的自己>>

前言

人生发展就好像“超级玛丽”游戏。

“超级玛丽”游戏中每一关都有自己的任务，就好比人生每个阶段都有要解决的问题。当你解决了一些问题，就顺利进入下一个阶段，如果这一阶段的任务没有解决，恐怕要在下一个阶段来弥补。

发展心理学告诉我们人生发展过程中的一般规律和可能遇到的问题。

如果你遇到这样的矛盾和困惑，你不用觉得自己很可怜、孤立无助，其实很多人在这个阶段都会有同样的心路历程。

如果你没有遇到这样的苦楚和烦恼，恭喜你，你自发地解决了自己遇到的问题，并且感受颇佳。

如果你的发展延后了，不必着急，这些功课还得你自己补起来，才能走得更稳。

人生就像一张有去无回的单程车票，没有彩排，每场都是现场直播。

把握好每次演出，便是对人生最好的珍惜。

拿出勇气，真心面对，前方会遇见更好的自己。

<<遇见更好的自己>>

内容概要

本书结合人们在不同年龄段的发展特点，向读者展示发展心理学的内容及成果，为读者的发展成长提供合理建议，使读者能够将心理学知识用于日常生活中。

<<遇见更好的自己>>

作者简介

王茜，华东师范大学心理学硕士，二级心理咨询师。

任教于上海师范大学天华学院，担任“心理学导论”、“学前儿童发展心理学”、“教育心理学”等课程教学工作。

同时，负责天华学院心理咨询中心的日常运转，开展个案心理咨询、生涯指导、心理健康宣传、团体活动指导等工作，具备心理咨询的理论基础和实践经验。

发表过《另类疗法大盘点》、《向左走、向右走》等多篇文章。

<<遇见更好的自己>>

书籍目录

总序

前言

第1章 生命在于发展

说说发展

天使之心

发展的意义

第2章 “孕” 筹帷幄

小蝌蚪成长史

基因的力量

我的地盘我做主

第3章 读懂宝贝心

我来了

人之初

当我看世界时，我看到了什么

此情可待

第4章 决定一生的3年

强身健体的黄金时段

“小” 不学则乱 “大” 谋

发现自己

人不学不知理

第5章 谁家有儿初长成

快快长大

学海无涯由此始

人能群也

情感七色板

第6章 成长纪念册

成长的烦恼

成长比成绩重要

此间的少年

谁说年少不识愁滋味

第7章 人生新契机

第8章 不惑非祸

第9章 最美的夕阳

<<遇见更好的自己>>

章节摘录

当你翻开这本关于毕生发展的书时，就像进入了时光隧道，可以看到母亲腹中那宛若种子的小小受精卵如何一步步变成摇篮中的可爱宝贝、在幼儿园门口和你挥手拜拜的小捣蛋、端坐于课堂听讲的读书郎、开始变声发育第二性征的靓女帅哥、寻觅爱情踏入婚姻的幸福男女、爱情结晶降临的三口之家、子女离巢后重新开始的二人世界、两老相依携手晚年的夕阳晚照……无论你此刻扮演怎样的人生角色，何妨让我们一起来了解一下每个人已经、正在、将要走过的生命中不同阶段的发展历程呢。

说说发展 发展心理学是一个对人生的各个阶段都予以充分关注的心理学分支学科，它关注从受精卵形成到死亡的整个生命过程中的整合行为的发生与发展的规律。

尤其是随着社会的进步，老年人口比例迅速增长，老年人个人和社会问题也越来越引起人们重视，于是在发展心理学中又分化出一个特殊的分支——老年心理学。

最近又有学者强调中年期的研究，因为人们在中年期若能很好地适应生理、心理上的变化，老年期的适应问题就会大大减少。

总之，现在我们大谈的“发展心理学”就是研究一个人从胚胎开始到死亡这个漫长的过程中，其心理会发生什么样的变化，在一些特定的时期，会有什么区别于其他时期的特点。

比如逆反心理，一般就只发生在一个人的青春期，在此之前和之后，逆反现象都不突出。

1879年，德国的心理学家冯特（W. Wundt）在莱比锡建立第一个心理实验室，标志着心理学作为一门科学的正式诞生。

那么它的分支学科发展心理学的诞生标志又是什么呢？

1882年德国生理和心理学家普莱尔（W. Preyer, 1842—1897）的《儿童心理》一书的出版，标志着儿童心理学的正式诞生。

虽然儿童心理学是在心理学之后诞生，并顺水推舟地纳入到心理学的系统之中，但是这门学科的建立并不仅仅是以心理学为基础的，它有着深刻的社会背景：第一个原因是随着近代西方社会的发展，文明程度不断提高，人们对于孩子的心理现象日益重视。

文艺复兴之前，妇女和儿童都被看做是一个家庭中男性的附属品，并没有独立的社会地位，对他们身心发展的关注非常少，孩子被认为是成人的缩小版，没有受到特别的关心和爱护。

从文艺复兴起，新兴资产阶级从经济上、政治上乃至意识形态上进行了反封建反教会的斗争，一些进步的思想家开始提出“尊重儿童、发展儿童天性”的口号。

……

<<遇见更好的自己>>

编辑推荐

如果成长不可逆转，我们怎样才能成为更好的自己：宝宝心理健康，准妈妈要做什么准备？
如何完成自我同一性的建立？
什么样的职业更适合你？
“彼得？
潘”综合症的成因？
激感转移让你错爱上Ta？

<<遇见更好的自己>>

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>