

<<成长的烦恼你怎样面对>>

图书基本信息

书名：<<成长的烦恼你怎样面对>>

13位ISBN编号：9787508418490

10位ISBN编号：7508418492

出版时间：2004-1-1

出版时间：中国水利水电出版社

作者：马志国

页数：273

字数：234000

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>

## <<成长的烦恼你怎样面对>>

### 内容概要

这是一本专门帮助中学生解脱烦恼和迷茫等心理困惑的书。

作者积从事心理研究及心理咨询20余年的经验和体会，通过的百个案例，以咨询的方式，对目前中学生中存在的各种心理困境和问题，作了心悦诚服的分析和诊断，并提出了解决这些心理问题的对症办法、对策和建议。

本书扩要内容来自最有代表性的心理咨询个案故事。

这些故事，个个点击中学生关注的心灵热点，处处剖析中学生难解的心灵困惑，时时引导中学生成长的心灵历程。

本书特点是语言流畅，情感真挚，热情洋溢，情理交融，内容翔实，读者在轻松的阅读之中不知不觉与书中人特的心灵产生共鸣，在与心理咨询师亲切沟通中逐渐走上心灵自救之路。

本书以中学生为主要读者对象，中学教师及学生家长亦可阅读参考。

## <<成长的烦恼你怎样面对>>

### 作者简介

马志国；心理学得，知名心理咨询师，心理散文作家，天津市心理学会、教育学会、心理卫生学会、中小学德育工作者协会、科普作家协会等会员，家教研究会理事，中国心理学会会员，中国学习科学学会研究员，中国教育家协会会理事，我家收报刊名誉主编、特约编委，专家委员会成员

## <<成长的烦恼你怎样面对>>

### 书籍目录

成长的季节，让我们一同走过（代序）一 学习心理：由这里走向成功 1 怎样才能对学习有兴趣 2 学习进步的一个秘诀 3 “心理除法”帮你轻装前进 4 读书，最好保持一颗平常心 5 注意力不集中怎么办 6 “尖子生”不再作茧自缚 7 怕别人比我学得好 8 男孩，别让“怪圈”套自己 10 重读，要弄清你想得到什么 11 我今年进了毕业班 12 考数学就紧张的女孩 13 别让考试焦虑吓趴下 14 面对大考：迷茫的男孩迷茫的心 15 睡眠：大考之前的重要话题 16 大考怎样让自己当赢家 17 考前适度紧张是好事情 18 复读女孩，阳光就在你心中 19 走过落榜复读的心灵困境、 20 补习生，别再扮演病人二 情感心理：做心情的主人 1 学会做情绪的主人 2 面对困境，心空也有艳阳天 3 白日梦：一个奇特的世界 4 男孩的紧张期待 5 换个视角，你不换了一种心情 6 女孩，让怨恨化为爱心 7 男孩，告别烦恼的缠绕 8 嫉妒女孩痛不欲生 9 女孩，因何别人作弊你痛苦 10 心绪安宁，最好入梦乡三 自我心理：练就最好的我 1 给自己贴一个好标签 2 做一个最好的我 3 我也曾经是老师的宠儿 4 阳光一样洒在你的生活道路上 5 男孩，终于战胜软弱 6 怎样捡起人生的收获 7 女孩，学会了主宰自己 8 好强的男孩焦躁的心 9 矮女孩，学会喜欢你自己 10 胖女孩，学会喜欢你自己 11 自居完美的小才女 12 犯了大错误的好女孩 13 一个好女孩的坏习惯 14 男孩的理想真的是天方夜谭吗 15 残疾女孩，你一样成为强者四 人际心理：爱别人就是爱自己五 亲子心理：让亲情相互走近六 异常心理：跨越心的障碍七 自测心理：揭开心灵的面纱后记

<<成长的烦恼你怎样面对>>

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>