

<<初三-初中生心理自护>>

图书基本信息

书名：<<初三-初中生心理自护>>

13位ISBN编号：9787537938396

10位ISBN编号：7537938393

出版时间：2007-1

出版时间：希望出版社

作者：苏华

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>

<<初三-初中生心理自护>>

内容概要

本套书以协助和推理中小学生和幼儿心理健康成长为宗旨，确立“认识心理、呵护心理、滋养心理、强健心理、开发心理”的目标，注意科学性与可操作性的统一，以丰富多彩的实例，轻松活泼的文字，图文并茂的形式，叙述心理健康教育的科学理论与有效实践，具有较强的趣味性和可读性。

在中学心理成长的历程中，之所以反复强调“自我”二字，是因为有这样的信念：最关注中学生心理的人，是中學生自己；最懂得中学生心理的人，是中學生自己；最能推进中学生心理成长的人，是中學生自己；最能解决中学生心理问题的人，是中學生自己；中学生是自己心灵世界的主人。

本书有针对性地列举了许多心理案例，供中学生朋友对照；设置了“专家解读”，从理论上科学地阐释心理自护的技能技巧；开设“能力训练”活动，让同学们在自我训练中提升心理素质；研制“心理自测”问卷，便于同学们了解自己的心理成长和心理问题。

本书凝聚了对中学生朋友的一片深情，积累了十多年来在中学实施“心理助长”辅导训练活动的诸多经验。

中学生朋友阅读之后，一定能够收获更多心理成长的智慧和力量。

<<初三-初中生心理自护>>

书籍目录

一、考试心理调试 (一) 压力, 你好 (二) 考试面前也从容二、认识自我 (一) 认识自己的气质 (二) 认识自己的性格 (三) 寻找自信三、我和我的家庭 (一) 我的家人 (二) 父母的影子 (三) 代沟在哪里四、学会负责 (一) 明确自己的责任 (二) 变“要我做”为“我要做”五、应对挫折 (一) 挫折是财富 (二) 永不言败六、创新与实践 (一) 生活中的创新 (二) 中学生上网情况调查七、面对未来的挑战 (一) 走近职业世界 (二) 未来掌握在自己手中

<<初三-初中生心理自护>>

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>