

<<洞悉心灵>>

图书基本信息

书名：<<洞悉心灵>>

13位ISBN编号：9787562157151

10位ISBN编号：7562157154

出版时间：2012-6

出版时间：高雪梅、李红 西南师范大学出版社 (2012-06出版)

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>

<<洞悉心灵>>

内容概要

你是独一无二的，你是最棒的！

可是，你了解自己吗？

高雪梅主编的《洞悉心灵——青少年心理自测与自助手册》将带你从认知、情绪、个性和行为等方面进行测试，使你对自己有个立体的认识，《洞悉心灵——青少年心理自测与自助手册》让你跟烦恼说Bye-bye，让你Hold住压力，让你学会适应新环境，让你备受他人欢迎……还犹豫什么？快来测试测试吧！

<<洞悉心灵>>

书籍目录

写给自己的一封信第一篇：了解我的认知特点 第一章：我是？

第二章：好方法，让学习变轻松 第三章：我是记忆小天才 第四章：创造力，我最行 第五章：一心一意，方能事半功倍 第六章：我有我的特长第二篇：分析我的情绪与情感 第一章：我的情绪，我做主 第二章：我信，我能 第三章：跟烦恼说Bye—bye！

第四章：觉察他人情绪，有窍门 第五章：你很棒！

第六章：幸福，就是一种感觉第三篇：剖析我的个性风格 第一章：你，就是独一无二 第二章：外向还是内向？

第三章：A型还是B型？

第四章：跟困难拼到底 第五章：信任，让世界充满爱 第六章：原来我喜欢第四篇：探测我的行为动机 第一章：我受欢迎吗？

第二章：交友技巧，知多少？

第三章：新环境，你能适应吗？

第四章：面对压力，你能hold住吗？

第五章：别让网络“网”住了你 第六章：心有多大，舞台就有多大第五篇：趣味测试 第一章：从血型看性格 第二章：从体型看性格 第三章：从颜色偏好看个性 第四章：从食物偏好看个性 第五章：从图画看个性 第六章：从身体语言看个性给自己的回信

<<洞悉心灵>>

编辑推荐

了解自己是发展自己的前提，高雪梅主编的《洞悉心灵——青少年心理自测与自助手册》将用专业而充满趣味的心理学测试，帮助你分析你的认知、情绪、个性、行为，让你洞悉自己的优势与不足，学会适应新环境，做智慧、成功的人。

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>