

<<通向心理健康之门>>

图书基本信息

书名：<<通向心理健康之门>>

13位ISBN编号：9787810387323

10位ISBN编号：7810387324

出版时间：2004-1

出版时间：东华大学出版社

作者：李继文

页数：239

字数：201000

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>

<<通向心理健康之门>>

内容概要

本书的出发点是让有志从事心理辅导工作或希望了解心理辅导工作的人们走进心理辅导，了解心理辅导。

当然，由于每位读者的兴趣、爱好、需要各不相同，为了提高阅读的效率，你也可以这样阅读本书：如果你只想知道心理辅导是怎么一回事，你可以只看本书的第一章。

如果你希望掌握一些心理辅导的方法，用于助人或自助，你可以阅读本书的第二章。

如果你在掌握心理辅导方法的基础上，希望尝试开展一些心理辅导，你需要阅读本书的第三章。

如果你是一位老师或是一位家长，你想知道如何将心理辅导方法和技术有效运用于孩子们的改善和提高，第四章的内容正是你所需要的。

如果你想直观地了解心理辅导方法和技术，第五章内容是你首先要看的。

本书的每一章节都附有练习，请你思考，请你参与。

目的是希望心理辅导的方法和技巧如“随风潜入夜，润物细无声”般地进入你的心田，成为你生活的一部分，从而达到心理辅导所崇尚的助人自助的目的。

<<通向心理健康之门>>

作者简介

李继文，上海市浦东新区教育学院讲师。

1989年毕业于华东师范大学教育系。

上海市中小学心理辅导协会会员、浦东新区学前教育协会常务理事。

长期从事儿童心理教育、心理辅导等教学与研究工作，曾发表《学生心理健康的现状及其对策》等多篇论文。

2002年荣获上海市园丁奖。

<<通向心理健康之门>>

书籍目录

序一序二前言第一章 心理辅导概述 第一节 心理辅导的概念和对象 第二节 心理辅导的类型与形式 第三节 心理辅导的原则 第四节 心理辅导的过程 第五节 心理辅导者应具备的基本素质第二章 心理辅导方法 第一节 行为疗法 第二节 理性情绪疗法 第三节 团体心理辅导第三章 一般心理辅导技术 第一节 辅导关系建立的技术 第二节 和谐沟通的技术 第三节 影响对方的技术第四章 学习心理辅导技术 第一节 学习动机心理辅导 第二节 学习技能心理辅导 第三节 学习习惯心理辅导 第四节 考试焦虑心理辅导第五章 案例分析 案例一 他从心理重负中走出来 案例二 笑容重新回到了她的脸上 案例三 放松情绪 发挥水准 案例四 告别强迫 找回自信 案例五 花季少女的心事 案例六 理解万岁 案例七 克服焦虑 重塑自我附录一 收集资料式会谈表附录二 90项症状自评量表 (SCL-90) 附录三 Zung抑郁自评量表 (SDS) 附录四 Zung焦虑自评量表 (SAS) 附录五 心理辅导记录卡主要参考书目后记

<<通向心理健康之门>>

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>