

<<做自己的心理医生>>

图书基本信息

书名：<<做自己的心理医生>>

13位ISBN编号：9787801102775

10位ISBN编号：7801102770

出版时间：2002-4

出版时间：中国民航出版社

作者：北京三维人生心理科学研究所

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>

## <<做自己的心理医生>>

### 内容概要

在这个世界上有多少人至今仍在从事自己并不喜欢的事业？

有多少人始终同自己并不适合的爱人生活在同一个屋檐下？

又有多少人在一群昏昏噩噩的同伴中埋没自己的能力和天才？

有许多贫家子弟，他们其实有着过人的天赋和才能，可惜身边尽是一些平庸的亲戚。

那些平庸的亲戚告诉他：“好好读书，争取将来到城里去生活。”

于是他努力学习，然后如愿以偿到了城里去生活。

其实，他只要再努把力，只要稍把眼光放远一点，他就可以在芸芸众生中更加脱颖而出，成为人中龙凤的

.....

## <<做自己的心理医生>>

### 书籍目录

#### 第一部分：认识自我篇

气质类型调查表  
作是内向还是外向  
性格特征测验  
九宫图性格测验  
情绪类型问卷  
了解自己的思考方式  
测测你的心理年龄  
检测你的音乐智商  
个性成熟度测试  
从癖好看性格

#### 第二部分：人际测试篇

你有野心吗  
你有涵养吗  
你是随和的人  
了解自己的自信心  
你是否是个自我中心主义的人  
攻击倾向测验  
人际交往能力测试  
人际问题处理能力  
人际合作能力测试

#### 第三部分：心理健康篇

身心健康状况测验  
给自己的心理健康打分  
心理适应性测验  
你的心理调节能力如何  
考察你的危机应付能力  
心理承受能力测试  
情绪自我评定量表  
有关恐惧的测验  
信任评价问卷  
自信水平测试  
霍尔姆斯紧张测试表

#### 第四部分：本职择业篇

职业兴趣测验  
职业适应性测试  
职业性格测试  
职业能力测试  
经营管理能力测试  
工作压力测试  
工作动机测验  
你对自己的工作满意吗

#### 第五部分：爱情篇

第一印象测验（女性）  
第一印象测验（男性）

## <<做自己的心理医生>>

恋爱时机测验（男性）

恋人志趣测验

恋爱危机测验

自卑感测验

你是一个爱嫉妒的女人吗

测验你的爱情结果

你了解自己的爱人吗

你的夫妻关系理想吗

性和谐测验

第六部分：家庭和亲子测验

丈夫形象测验（女性做）

妻子形象测验（男性做）

父母角色测验

你了解自己的孩子吗

学会教育孩子

你是哪一类的父母

认清你的教育观念

附录一：心理状况测试

附录二：如何参加“心灵体操”训练

<<做自己的心理医生>>

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>