

<<中职生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<中职生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787810796736

10位ISBN编号：7810796739

出版时间：2006-8

出版时间：暨南大学出版社

作者：彭志斌

页数：195

字数：243000

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>

<<中职生心理健康教育>>

内容概要

针对中职学生的心理特点和中职学校实际情况，我们主要设置了“心理健康”“自我探索”“人际交往”“学习心理”“情绪与压力管理”“意志与挫折”“职业心理”“青春期心理”“网络心理”“生命教育”十个章节。

<<中职生心理健康教育>>

书籍目录

序前言第一章 心理健康第二章 自我探索 第一节 认识自我 第二节 超越自卑 相信自我 第三节 悦纳自我 第四节 打造自我 第五节 我的选择第三章 人际交往 第一节 人际交往的技巧 第二节 打开你的心 第三节 走近老师 第四节 我的父亲母亲 第五节 团队合作第四章 学习心理 第一节 你是学习的料吗 第二节 你喜欢学习吗 第三节 想象力训练 第四节 思维训练 第五节 考试焦虑第五章 情绪与压力管理 第一节 情绪自控 第二节 压力缓解第六章 意志与挫折 第一节 塑造坚强 第二节 直面挫折第七章 职业心理 第一节 兴趣与职业 第二节 性格与职业 第三节 能力与职业 第四节 气质与职业第八章 青春期心理 第一节 异性交往 第二节 爱的真谛第九章 网络心理第十章 生命教育 第一节 生命中的鹅卵石 第二节 把握生命的每一分钟 第三节 假如生命重新来过参考文献

<<中职生心理健康教育>>

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>