

<<心理制胜>>

图书基本信息

书名：<<心理制胜>>

13位ISBN编号：9787885218522

10位ISBN编号：788521852X

出版时间：2010-1

出版时间：广东省语言音像电子出版社

作者：袁章奎

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>

<<心理制胜>>

内容概要

欣闻袁章奎领衔主编的《心理制胜——高中生心理必修课》即将付梓，衷心为他和他的年轻同道们击掌叫好。

参与该书编写的17位编委分布于全国东南西北十余个省市，他们都是全国心理健康教育第一线的心理老师。

而其中的一些老师更是我创办“心海扬帆”中小学心理辅导网站初期最早的版主与忠实成员，我与他们在网络上以文会友，神交多年。

这些年轻同道，不仅富有朝气，而且实践经验丰富，由他们来写这样一本面向高中生的心理读本，其意义是不言而喻的。

高中时期是人生发展的重要阶段，学生会在这一时期中面临一系列发展性问题，如：如何理解自我与认同自我，解决好“我是谁”与“我将要成为谁”的问题；如何建立自己的价值标准与道德标准，获得一种健康的独立意识；如何与他人建立亲密和互信的人际互动，处理好青春期异性情感需求与自身发展的关系；如何有效处理由于“内部因素”和“外部因素”引发的负面情绪，及时化解在家庭、学校和社会生活中萌生的各种心理冲突；如何追求理想抱负，体悟生命的存在意义，感受学业成就，学习做一个成功而有能力的社会成员……所有这些发展的主题，都需要有受过专业训练并有人生经验的导师来加以引导和带领，并且要有一个平台和载体来加以专门的探讨和推进。

《心理制胜——高中生心理必修课》一书的出版，就体现了一群肩负着“为了学生的发展”这一崇高使命的热血青年的执着追求和成功探索。

<<心理制胜>>

书籍目录

序一：提升心理素质是教育的重中之重
序二：《心理》不是选修课走进心理必修课
第1章 从心启航 第一节 适应环境 第二节 心理探秘 第三节 规划高中
第2章 我型我塑 第四节 认识自我 第五节 悦纳自我 第六节 性格气质
第3章 缘分天空 第七节 同学友谊 第八节 异性交往 第九节 团队协作
第4章 智慧人生 第十节 思维定势 第十一节 创新思维 第十二节 思维导图
第5章 与爱同行 第十三节 师生交往 第十四节 亲子沟通 第十五节 感恩回报
第6章 学会学习 第十六节 学习风格 第十七节 高效记忆 第十八节 掌舵学习
第7章 心情行动 第十九节 树立自信 第二十节 身心放松 第二十一节 学会快乐
第8章 放飞希望 第二十二节 孕育希望 第二十三节 赏识自己 第二十四节 圆梦明天
第9章 测绘人生 第二十五节 职业取向 第二十六节 时间管理 第二十七节 人生目标
第10章 珍爱生命 第二十八节 生命意义 第二十九节 赏识生命 第三十节 学会成功
参考文献致谢

<<心理制胜>>

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>