

<<心理健康自测与指导>>

图书基本信息

书名：<<心理健康自测与指导>>

13位ISBN编号：9787040273199

10位ISBN编号：7040273195

出版时间：2009-8

出版时间：高等教育出版社

作者：俞国良 编

页数：201

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>

<<心理健康自测与指导>>

内容概要

《心理健康自测与指导》是中等职业教育课程改革国家规划新教材《心理健康》的配套用书，同时也是教育部人文社会科学研究项目“中等职业学校学生的心理行为问题及其矫正（07TAXLX008）”的研究成果。

《心理健康自测与指导》根据中等职业学校学生的心理发展特点和发展规律编写，内容包括心理健康基本知识、成长、生活、学习和职业方面的心理自测量表以及相关指导，具有针对性和可操作性。

《心理健康自测与指导》适合中等职业学校学生自行阅读。

<<心理健康自测与指导>>

书籍目录

知识篇你的心理健康吗？
你的心理年龄有多大？
你的心理成熟度如何？
你的情商有多高？
你是否达到心理上的平衡？
成长篇你有目标意识吗？
成功对你意味着什么？
你能自我悦纳吗？
你如何面对挫折？
你应付困境的能力如何？
你有充分的自信心吗？
你存在明显的青春焦虑吗？
男性魅力测验女性魅力测验你的情绪稳定吗？
你的自制力强吗？
你是快乐的人吗？
生活篇你有健康的处世观吗？
你与朋友相处有困扰吗？
你了解男女之间的心理差异吗？
你与老师相处有困扰吗？
你的道德规范理解能力如何？
你能驾驭愤怒的情绪吗？
你能否抵抗诱惑？
你是否有强烈的逆反心理？
你的心扉是敞开还是闭锁的？
你是乐观的还是悲观的？
学习篇你有厌学情绪吗？
你有学习困难现象吗？
你的学习动机如何？
你的学习能力感如何？
你注意用脑卫生吗？
你的学习方法正确吗？
你的学习习惯与应试技能如何？
你的学习坚持性如何？
你的知识价值观如何？
你有自我充实能力吗？
职业篇你的神经类型适合于什么职业？
你将来适宜选择哪种职业？
你如何面对竞争？
你的心理承受力强吗？
你如何应付心理压力？
你有必胜的信念吗？
你的心理适应力如何？
你的职业价值观如何？
你的创新欲望如何？
你善于捕捉创新机遇吗？

<<心理健康自测与指导>>

你在手工制作方面的创新潜能发展前景如何？

你在技术发明方面的创新潜能发展前景如何？

你在经营管理方面的创新潜能发展前景如何？

<<心理健康自测与指导>>

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>