

<<成长资本>>

图书基本信息

书名：<<成长资本>>

13位ISBN编号：9787504465573

10位ISBN编号：7504465577

出版时间：2009-8

出版时间：中国商业出版社

作者：刘伟

页数：250

字数：200000

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>

## <<成长资本>>

### 内容概要

《成长资本——青少年不可不知的心理常识》一书根据青少年的成长特点，用质朴的真实故事、通俗易懂的语言为青少年全面解析了那些因为过于熟悉而常常被忽视的心理奥秘。

通过阅读本书，可以从看似平淡的现象中，找到最根本的、实施心理健康的方法。

另外，此书也会使人眼前猛然一亮，有一种“会当凌绝顶，一览众山小”之感，并能更好地带给读者其身临美好佳境，愉悦的心理。

总之，《成长资本——青少年不可不知的心理常识》一书不仅能帮助青少年了解“点慧治愚”的法则，还能掌握其中的“心理智慧”。

只有这样，青少年才能免于做“愚蠢”而又忙碌的“被开除者”，还可以不用继续在黑暗中摸索前进的方向，更不会在错综复杂的人性丛林中迷失自己。

让我们一起跟随这本书，去寻访这个宽广、深邃、充满着神奇的心理世界吧！

<<成长资本>>

作者简介

刘伟，汉族，1961年3月出生，陕西省西安市高陵县人，1982年9月参加教育工作，1986年1月加入中国共产党，东北师范大学教育管理专业毕业，现任高陵县第三中学校长。

## 书籍目录

第一章 拨开云雾见月明——走出迷茫心理 1. 欲速则不达——克服焦虑心理 2. 失败了从头再来——摆脱失望 3. 天外有天, 人外有人——克服嫉妒心理 4. 会当凌绝顶, 一览众山小——保持你良好的心理 5. 天生我才必有用——克服自卑心理 6. 人生处处是风景——自我调节情绪 7. 接受他人意见——克服冷漠 第二章 喜怒哀乐都是情——情绪与心理常识 1. 理智战胜情感——控制你的情绪心理 2. 笑一笑, 十年少——学会幽默心理 3. 塞翁失马, 焉知非福——克服悲观心理 4. 喜怒不形于色未必好——学会适时宣泄情绪 5. 牵一发而动全身——克服冲动心理 6. 闲庭信步, 从容不迫——克服紧张心理 7. 山重水复疑无路, 柳暗花明又一村——克服抑郁心理 8. 罗马不是一天建成的——克服急于求成心理 9. 淡泊明志, 宁静致远——克服浮躁心理 10. 自知者不怨人, 知命者不怨天——克服抱怨心理 第三章 性格决定了命运——性格与心理常识第四章 走向成功起跑线——挫折与心理常识第五章 花开花谢皆有因——恋爱与心理常识第六章 青春之歌唱起来——青少年性心理常识第七章 沟通应从心开始——人际交往与心理常识第八章 虚拟世界的精彩——青少年网络心理常识

<<成长资本>>

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>