

<<你变你好 青少年心理训练事典>>

图书基本信息

书名：<<你变你好 青少年心理训练事典>>

13位ISBN编号：9787506320078

10位ISBN编号：750632007X

出版时间：2001-01

出版时间：作家出版社

作者：李黑妮

页数：201

字数：140000

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>

## <<你变你好 青少年心理训练事典>>

### 内容概要

《你变你好》讲述的故事、使用的个案，如实记录的是针对“问题”青少年的一种心理训练，这种训练在实践中被我以一个男孩子吸的烟的名字命名为“少年绿英雄”训练。此训练的基础是源于一项心理疗法——“内观”，我在我的工作室，曾试着把这项神秘的心理咨询和心理治疗技术拉近我们的生活，把它发展为用于帮助青少年朋友重塑自我、追求理想、健康成长的一种心理素质、心理能力训练。

## 作者简介

李黑妮，自由作家。

1968年生于哈尔滨。

初二辍学。

17岁开始发表作品，散文诗作品曾被《新华文摘》选载。

曾任著名冰雪山水画画家于志学先生画室助手，著名企业家哈慈股份公司董事长郭立文先生秘书，哈慈集团上海公司总经理。

1996年辞职做自由撰稿人，为多家报刊专栏撰稿。

1

<<你变你好 青少年心理训练事典>>

书籍目录

引言一：被偷走的孩子  
引言二：你变化我好  
背景故事之一：人人都希望有机会重新开始，希望“变”好  
背景故事之二：我为什么对“内观”有兴趣  
背景故事之三：什么是内观  
背景故事之四：请孩子们试试内观  
背景故事之五：谁是中国内观第一人  
篇外故事之一：我对这本书的疑虑  
篇外故事之二：（仅供读者朋友选择阅读）关于后面四个故事的说明  
故事之一：谁人能懂少年心  
故事之二：被爱不快乐  
故事之三：等待花开的时刻  
故事之四：击倒一个影子，站起一个人  
后记

<<你变你好 青少年心理训练事典>>

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>