

<<成功学生时代你应这样度过>>

图书基本信息

书名：<<成功学生时代你应这样度过>>

13位ISBN编号：9787508419336

10位ISBN编号：7508419332

出版时间：2004-04-01

出版时间：中国水利水电出版社

作者：张丽珊

页数：303

字数：258000

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>

<<成功学生时代你应这样度过>>

内容概要

本书是一本专门帮助中学生快乐成长的心理咨询书。

本书通过丰富的案例，以咨询手记的方式，从心理学的角度剖析了目前中学生成长过程中存在的各种心理困境和问题，作了心悦诚服的分析和诊断，并提出了解决这些心理问题的对症办法、对策和建议。

本书主要内容有：如何正确认识自己和完善自己，如何面对学习和升学中的困惑，怎样避开误区的诱惑，如何建立良好的人际关系，如何做到快乐、自信和拥有成功心态等。

本书特点是语言流畅，情感真挚，情理交融，表达清晰，分析透彻，观点鲜明，有较强的可读性和实用性。

本书以中学生为主要读者对象，亦可供中学教师及学生家长阅读参考。

<<成功学生时代你应这样度过>>

作者简介

张丽珊，天津市耀华中学高级教师，硕士研究方向是教育与发展心理学，师从多名内地、港台、美国的心理学专家，始终站在应用心理学研究的最前尚，形成了融合东西方文化的心理辅导理念。研究领域宽广；青少年成功心理辅导、职业生涯设计、爱情婚姻指导、家庭心理支持系统构

<<成功学生时代你应这样度过>>

书籍目录

前言一、认识自己，为成功迈出坚实一步 1 认识自我并不是一件很简单的事 2 风雨中见“真心” 3 接纳并不完美的自我 4 性格内外向都会好运多多二、成长，在不断修正中完成 1 规范，是成长的必修课 2 隐私意识，交往心态走向成长的风标 3 适应，一个说也说不完的话题 4 都是偶像惹的祸？ 5 社会化进程，优等生必须面对的挑战三、学习，青春的主旋律 1 在学习中体验人生的真谛 2 文理分科，未来职业方向说了算 3 从鸡头凤尾看中考升学策略 4 备战大考学习心理全方略四、人生不能在个案中扭曲 1 与网络保持一步距离 2 控制激情，避免伤害 3 自杀，从我们的视线中消失 4 痴迷减肥也要找寻心理原因五、人际交往能力是走向成功的敲门砖 1 不能没有朋友的年龄 2 建立良好的师生关系是快乐的开始 3 培养完美的家长 4 建立良好人际关系的技巧六、关爱我们的心灵 1 让我们一起来HAPPY 2 给自己的心灵解压 3 告别心理暗示的影子七、完善自己的个性 1 自信是培养出来的 2 和负性情绪说：请远离我 3 走出羞怯并不太难八、成功，从现在开始 1 心理健康是成功人士必备素质 2 未来人才能力特征与性格倾向 3 情商是迈向成功的阶梯 4 择业，离你并不遥远 5 让我们拥有成功的心态

<<成功学生时代你应这样度过>>

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>