

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

图书基本信息

书名：<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

13位ISBN编号：9787801876614

10位ISBN编号：780187661X

出版时间：2010-8

出版时间：新世界出版社

作者：高凤华

页数：289

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>

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

前言

你现在可能10岁，也可能已经28岁了。

你可能喜欢跟朋友谈笑风生，也可能喜欢靠在窗边发呆。

你可能觉得心理是个很玄妙的东西，也可能觉得心理是难以捉摸的东西，你猜对了，人类的心理就是玄妙且难以捉摸的！

可是你相信吗？

虽然我们根本没有见过它的影子，但它控制着所有人的喜怒哀乐，它可以让一个人每天都过得快乐，也能让人沉浸在抑郁中难以自拔。

它不是万花筒，却可以让每一个人的思绪瞬息万变……你认识你自己吗？

你知道自己的心理是什么样的本质吗？

这些话听起来可能会令人发笑，可是在三千多年前的古希腊帕尔纳索斯山神殿门上，就写着这样一句话：“认识你自己！”

十二堂心理课，将带领你畅游青少年神秘的心理王国，在这个国度里：你的性格是可以完善和扭转的，请解开心灵的枷锁；你将能了解到如何挖掘兴趣的作用使得自己收获更多；你可以提出质疑，拒绝盲目迷信权威；你会更了解爱的意义，让心更加透彻。

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

内容概要

初涉世事的年轻人，往往个性张扬，率意而为，不会委曲求全，结果可能是处处碰壁，当不良情绪袭来的时候往往束手无策。

健康的心理辅导课程此刻尤为重要。

12堂金牌心理课程，从多角度进行资深解惑，帮助青少年拒绝负面情绪，解开心理疑惑，伴随青少年健康成长，获取更多幸福感。

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

书籍目录

前言
第一课 性格心理课——完善性格，摆脱心灵枷锁认识自己，生命有无限可能战胜羞怯，年轻的你很勇敢正视缺点，因为缺憾而美丽拥抱阳光，送个赞美给自己拒绝虚荣，不因面子而受罪优柔寡断，会让你一再错过与人分享，莫做废墟守望者
第二课 兴趣心理课——兴致勃勃，开心收获更多兴趣会让你眼中的世界变得生动相信热情，它能给你带来奇迹学习很没意思?消除厌学情绪太在意结果，会失去过程的乐趣避免“高原现象”频繁出现有目的地培养兴趣爱好在课余爱好中充实并完善自我
第三课 创造心理课——敢于质疑，不总相信权威多问几个为什么，做有怀疑精神的人是什么束缚了你的头脑随时记录火花，突发奇想最珍贵培养对生活的敏锐洞察力走出思考怪圈，注重思维发散性别用“不可能”打消自己的积极性实践新鲜出炉的创意，别让它凉了
第四课 感情心理课——情感交往，让爱环绕身旁心怀感恩，感激父母对你的付出跨越代沟，让最亲的人了解你用客观的眼光看待老师假如不幸受到了伤害和委屈玫瑰静悄悄地开，正视早恋问题我的心意你不懂，应对单恋烦恼异性交往，分清友谊与爱情
第五课 成长心理课——流金岁月，人生在你手中不要在别人的眼光中迷失自己学会融入不同的社会圈子适当的孤独，有利于茁壮成长了解身体变化，顺利度过青春期不在狂热偶像崇拜中失去自我要我向东偏向西，摆脱逆反心理成功不是打败别人，而是战胜自己
第六课 财富心理课——关注财商，培养理财观念对财富有正确的认识和态度不赚钱的你，对金钱有概念吗你对家中收支情况了解多少要大方大度，不要大手大脚买东西要有目的性和计划性科学管理你的零用钱和压岁钱课余时间，学习理财知识
第七课 习惯心理课——潜意识中，习惯成为自然行动之前，静下来想三分钟“明天再说”是你的口头禅吗让自己的生活有秩序有条理勤劳，从主动承担家务开始说到做到，养成诚信习惯激活大脑，让它多多思考形成与人愉快合作的意识找到坏习惯，用好习惯取代
第八课 逆境心理课——感谢挫折，它是成长肥料疼痛是青春一道明媚的忧伤挫折，是你人生的一笔财富增强心理韧性，在逆境中反弹失败极为正常，矢志才真可怕下一次，不要在同一地方摔倒只为成功寻方法，不为失败找借口感谢你的对手，他会让你更强大在失利中学会扬长避短和取长补短
第九课 认知心理课——内部机制，科学也很美丽关注“左撇子”的另一面为什么你的注意力总是不能集中了解遗忘理论，成为记忆高手所谓“错误”，只是一种不同而已
第十课 社会心理课
第十一课 人格心理课
第十二课 积极心理课

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

章节摘录

插图：微软公司的创始人比尔·盖茨曾经说过：创意犹如原子裂变，每一盎司的创意都能带来无以数计的商业奇迹和商业效益。

任何人在任何时间、任何地点都有可能产生许多看似奇怪的想法。

每一个貌似荒诞不经的小想法都有可能牵扯出更多了不起的创意。

只是，有的人抓住了想法的“小辫子”，刨根究底，然后付诸行动。

而有的人只当念头一闪而过，并不会深究，更别提将想法实现了。

意大利人毛毅辉是一个钟情于创意设计的年轻人，热爱绘画跟手工。

2002年，毛毅辉拉着自己的三位分别来自意大利、南非和瑞典的好友，四个“老外”把各自积蓄凑在一起开办了唯准创意公司。

虽从未学过美术或设计专业，但毛毅辉对于自己的决定却异常大胆自信。

不久之后，他们得到一个酒吧包装的机会。

经过数日的讨论和冥思苦想，毛毅辉的团队设计了这样一个形象包装——柔和的灯光映照下，从宽大的沙发靠背上垂下一只纤细的手腕，还有一双足踝慵懒地搭在沙发扶手上，旁边静静伫立着一瓶装在冰桶中的红酒。

这幅被“炫酷”酒廊用作宣传招贴的海报至今仍然贴在毛毅辉办公室墙上的显著位置。

“因为这幅作品，几乎所有的北京高档酒店市场经理都知道了我们。

”

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

编辑推荐

《杰出青少年的12堂金牌心理课》：这是一本最简单易读的心理学教程。

这里有每一个青少年都可能会疑惑的96个问题。

这是每一位青少年都需要的良师益友。

这是你不能抗拒的心理魔力。

既然不能抗拒，为何不好好收服它们为己所用？《杰出青少年的12堂金牌心理课》将为你奉上以下十二

堂精品心理课程：第一课性格心理课——完善性格，摆脱心灵枷锁第二课兴趣心理课——兴致勃勃。

开心收获更多第三课创造心理课——敢于质疑，不总相信权威第四课感情心理课——情感交往，让爱

环绕身旁第五课成长心理课——流金岁月，人生在你手中第六课财富心理课——关注财商，培养理财

观念第七课习惯心理课——潜意识中，习惯成为自然第八课逆境心理课——感谢挫折，它是成长肥料

第九课认知心理课——内部机制，科学也很美丽第十课社会心理课——学习规则，为将来打基础第十

一课人格心理课——放下包袱，让心自由飞翔第十二课积极心理课——心怀希望，向着未来奔跑12堂

金牌心理课，是帮助青少年告别平庸走向卓越的关键。

让品质在潜移默化中得到升华，让智慧在一点一滴中增长。

阅读《杰出青少年的12堂金牌心理课》，你告别平凡的自己，走向成功的自己，精心编写的12堂金

牌心理课，只是青少年呈上12道美味心灵鸡汤。

<<杰出青少年的12堂金牌心理课>>

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>