第一图书网, tushu007.com

<<心理调适能力>>

图书基本信息

书名：<<心理调适能力>>

13位ISBN编号：9787010050614

10位ISBN编号：7010050619

出版时间：2005-10

出版时间：人民出版社

作者：高伟

页数：304

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

第一图书网, tushu007.com

<<心理调适能力>>

内容概要

公务员队伍创新能力的水平直接影响着政府的决策水平，决定了国家行政管理的发展水平。
公务员必须与时俱进、开拓创新、不断进步。
本书介绍了创新及公务员创新的基本知识及公务员创新能力培养的有效途径和方法，使公务员掌握创新能力培养原则方法，以提高工作效率。
　本书的写作目的旨在维护公务员群体的心理健康，提升他们的心理调适能力，以保证他们能够为社会发展做出更大的贡献。
在写书过程中，作者怀着把最好的成果奉献给广大公务员朋友的心愿，努力寻找克服困难的办法。
在写作策略上，从读者的需要出发，把心理健康知识普及，心理调节艺术的可操作性定为全书的主格调。
在内容安排上，为使本书具有较强的逻辑系统性，为读者提供必要的理论背景知识，出于内容具备操作性上的需要，本书在每章还专门提供选用了大量的测验量表或问卷。
在行文叙述上，我们始终贯彻用简单的话语阐述深奥的原理这一原则，使语言表述通俗化。
但愿这样做能够有利于普通读者对本书的理解和运用。
　由于心理学的学科特点，心理调适更强调通过理论和方法学习之后的感悟。
本书并没有详实地给读者指出太多非常具体的操作性建议，我们希望教给读者更多的知识作为参考，给读者朋友更多的思考空间。

第一图书网, tushu007.com

<<心理调适能力>>

书籍目录

前言第一部分　能力标准及测评　公务员心理调适能力标准　公务员心理调适能力的测评和技能提升第二部分　学习教程　第一章　公务员心理健康概论　　第一节　健康观与心理健康　　第二节　公务员常见的心理健康问题　　第三节　心理健康的意义　第二章　如何提升公务员的心理调适能力　　第一节　了解自我心理调适水平　　第二节　公务员心理调适愿景　　第三节　公务员心理调适之路　第三章　公务员如何调整自我的期望　　第一节　苦恼来源于你的思考方式　　第二节　公务员如何看待自己　　第三节　你的成功期望有多高？　　第四节　追求有价值的人生　第四章　塑造公务员的健康人格　　第一节　什么是人格　　第二节　人格的心理特征　　第三节　怎样塑造健康人格　第五章　怎样克服自我的不良情绪　　第一节　了解自我情绪变化　　第二节　公务员常见的情绪困扰　　第三节　调适心绪的秘诀　第六章　公务员应对挫折策略　　第一节　了解挫折　　第二节　公务员常见的几种受挫反应　　第三节　应付挫折的自我调节　第七章　如何远离心理障碍和心理疾病　　第一节　心理障碍的概念及其判别　第二节　公务员常见的心理障碍及其预防　　第三节　公务员心理咨询与心理治疗　第八章　解决公务员交际困惑　　第一节　公务员人际交往概述　　第二节　公务员人际交往中常见的困惑　　第三节　公务员社交调适附录　参考文献

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

书评能力标准、能力测评、能力培训、体例活泼、学练结合！

为贯彻落实党的“十六大”提出的“加强党的执政能力建设，提高党的领导水平和执政水平”的要求，进一步开发公务员人才资源，造就一支高素质、专业化的公务员队伍，人民出版社根据《国家公务员通用能力标准框架》，组织北京大学、中国人民大学、中央党校、国家行政学院的部分教授和研究人员，编写了公务员九项能力培训系列教程。

这套教程依照《国家公务员通用能力标准框架》提出的九项能力标准，按项编成教材，全套共九本。

本系列教材坚持改革创新，吸收借鉴国内外培训教材的有益经验，打破了过去教科书式的传统编写方法，采用能力标准、学习教程、能力测评三个部分，增加了培训的针对性、实用性和可操作性，突出了案例分析，增强了学习的趣味性和培训的深度与广度，实为广大公务员更新知识体系、提高自身能力的必读图书。

第一图书网, tushu007.com

<<心理调适能力>>

编辑推荐

能力标准、能力测评、能力培训、体例活泼、学练结合！

为贯彻落实党的“十六大”提出的“加强党的执政能力建设，提高党的领导水平和执政水平”的要求，进一步开发公务员人才资源，造就一支高素质、专业化的公务员队伍，人民出版社根据《国家公务员通用能力标准框架》，组织北京大学、中国人民大学、中央党校、国家行政学院的部分教授和研究人员，编写了公务员九项能力培训系列教程。

这套教程依照《国家公务员通用能力标准框架》提出的九项能力标准，按项编成教材，全套共九本。

本系列教材坚持改革创新，吸收借鉴国内外培训教材的有益经验，打破了过去教科书式的传统编写方法，采用能力标准、学习教程、能力测评三个部分，增加了培训的针对性、实用性和可操作性，突出了案例分析，增强了学习的趣味性和培训的深度与广度，实为广大公务员更新知识体系、提高自身能力的必读图书。

第一图书网, tushu007.com

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