

<<大学生心理发展训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生心理发展训练>>

13位ISBN编号：9787200055450

10位ISBN编号：720005545X

出版时间：2004年9月1日

出版时间：第1版 (2004年9月1日)

作者：邓旭阳

页数：368

字数：265000

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>

## <<大学生心理发展训练>>

### 内容概要

本书注重大学生心理潜能的开发训练，充分运用团体心理辅导训练的技术与方法，采取以行为指导训练为主，辅以启发讨论、案例分析、体验分享和内心剖析等多种方法，使大学生愉快地接受理论知识学习、心理行为训练、自我内心探索与分享三层面的多样化、渐进性训练体验活动，从而使每位接受训练者重新审视自我内心世界，透彻地洞察内在需求与渴望，深入挖掘自身巨大的潜力，恰当地定位人生发展目标，科学规划生涯；学会与人有效沟通，培养团队合作精神；学会科学的学习和时间管理，驾驭生命的航程；学会剖析、评估自身长短，促进自我深层改变，培养创新能力，力求自我突破；学舒服积极思维，以积极心态，直面失败，在挫折中茁壮成长；不断积蓄生命的力量，实践自己的诺言，完成生命的一次次飞跃，迈向成功发展的人生路！

## <<大学生心理发展训练>>

### 书籍目录

第一章 燃起成功的火焰 点亮生命的灯塔 第一节 成功和发展始于梦想与信念 第二节 确定目标 规划人生  
第二章 塑造良好的心像 走出生命的孤岛 第一节 构建积极心像 走向成功发展 第二节 融入团队生活  
走出生命孤岛  
第三章 饱汲生命的养分 驾驭人生的航船 第一节 不断学习进取 饱汲生命养分 第二节 时间的自我管理  
第四章 开启心灵的密码 寻求生命的突破 第一节 人人都有创造力 时时都有创造力 第二节 有断地自我创造 成为创造的高手  
第五章 笑迎人生的挑战 拥抱美好的未来 第一节 心中充满希望 迈向成功之路 第二节 昂首阔步向前走 成功之路在眼前 第三节 调动潜意识 注入新希望 第四节 学会自我放权 达到身心平衡  
第六章 炼铸成功的诺言 直面生命的洗礼 第一节 培养团队合作 开启崭新篇章 第二节 锤炼勇敢品质 塑造坚强意志 第三节 提升生存能力 炼铸成功诺言  
心理训练快速检索表参考文献后记

## <<大学生心理发展训练>>

### 编辑推荐

本书充分运用团体心理辅导训练的技术与方法，注重大学生心理潜能的开发训练，颇具创造性、实用性和有效性。

本书采取以行为指导训练为主导，辅之以启发讨论、案例分析、体验分享和内心剖析等多种方法，这些方法对于大学生开发心理潜能、提高心理素质具有积极的指导意义。

<<大学生心理发展训练>>

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>