

<<心理健康自测与指导>>

图书基本信息

书名：<<心理健康自测与指导>>

13位ISBN编号：9787506820790

10位ISBN编号：750682079X

出版时间：2010-4

出版时间：中国书籍出版社

作者：柳新民

页数：111

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>

## <<心理健康自测与指导>>

### 内容概要

《中等职业教育课程改革新大纲教材：心理健康自测与指导》包括基础知识篇、健康成长篇、人际交往篇、学习心理篇和职场心理篇，共收集了测试题39套。

自测与指导的内容基本上与教材保持一致，老师和同学们可以结合课堂教学来选作测试题。完成全部的测试题可了解同学们在心理健康诸方面的基本情况、个性特征甚至心理障碍。

## <<心理健康自测与指导>>

### 书籍目录

基础知识篇你的心理健康吗？  
你了解自己吗？  
你的心理年龄是多大？  
你的情商有多高？  
你的心理调节能力如何？  
健康成长篇你有良好的生活习惯吗？  
面对挫折你如何调节自己？  
你有成功的信念吗？  
你能够悦纳自己吗？  
你善于调控情绪吗？  
你如何看待在学校恋爱？  
女性魅力测验男性魅力测验你有焦虑情绪吗？  
你的情绪稳定吗？  
人际交往篇你有人际关系困扰吗？  
你有网络成瘾吗？  
你和老师相处有困难吗？  
你和父母相处得如何？  
你是如何对待友谊的？  
你的课外活动丰富吗？  
你的身心处于自我和谐状态吗？  
你的人际沟通能力如何？  
你患有社交恐惧症吗？  
学习心理篇你的学习方法有效吗？  
你的学习能力如何？  
你存在注意力障碍吗？  
你有怎样的学习动机？  
你存在学习困难的现象吗？  
你在考试时会感到焦虑吗？  
职场心理篇你的职业心理年龄多大了？  
你求职中存在什么样的弱点？  
你适合从事什么样的职业？  
你的团队工作适合度如何？  
你的耐挫能力如何？  
你是怎样的上班族？  
你的社会适应能力如何？  
你的职业价值观如何？  
你在工作中的创新能力如何？

<<心理健康自测与指导>>

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>