

<<青少年心理保健>>

图书基本信息

书名：<<青少年心理保健>>

13位ISBN编号：9787508212081

10位ISBN编号：7508212088

出版时间：2000年

出版时间：金盾出版社

作者：解亚宁等编

页数：117

字数：88000

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>

<<青少年心理保健>>

内容概要

本书内容分两部分，第一部分介绍青少年常见的心理问题及其测试方法，第二部分介绍克服心理问题的观点、事例和方法。

内容系统，文字通俗，方法实用，可供广大青少年及其家长和教师阅读，也可供基层医务人员参考。

<<青少年心理保健>>

书籍目录

一、心理问题和测试篇 1 你有心理健康问题吗？

2 你有抑郁问题吗？

3 你有焦虑问题吗？

4 怎样测定自尊？

5 怎样进行自卑原因的测验？

6 你的心理适应性如何？

怎样测试？

7 你具有什么样的气质？

8 什么是多疑症？

9 什么是嫉妒心理？

10 什么是从众心理？

11 什么是猜疑心理？

12 什么是报复心理？

13 思想偏见常见的形式有哪些？

14 青年常见的心理弱点有几种？

15 有损人格魅力的个性弱点有哪些？

16 什么是厌食症？

17 失败的原因有哪些？

18 什么是成长的烦恼？

19 梦游是病吗？

20 如何克服灾难的影响？

21 不良的思想效应有多少种？

22 什么是社交恐惧症？

23 强迫症的主要表现有哪些？

24 什么是人格障碍？

25 怎样防止坠入公平的陷阱？

26 什么是非理性信念？

二、心理保健篇 27 应如何应对挫折？

28 怎样培养积极的自我暗示？

29 处世待人的艺术有哪些？

30 为何不应在心情沮丧时作决定？

.....

<<青少年心理保健>>

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>