

图书基本信息

书名：<<家有考生系列·考生必做的101个心理测试>>

13位ISBN编号：9787538728880

10位ISBN编号：7538728880

出版时间：1970-1

出版时间：时代文艺出版社

作者：马泽中

页数：309

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>

内容概要

《家有考生：考生必做的101个心理测试》的最大特点是：在系统分析论述各种心理现象基本理论和问题之后，在每章后边附加了心理素质自我检测题，以期各位中学生朋友通过自我测试，了解自己的心理发展状况，使其重视自己的心理素质的提高和完善。所以，本书集理论性、指导性和实用性为一体；内容丰富、资料新颖、观点明确，是指导中学生正确认识心理健康，学习自我心理调适方法，科学评论心理健康水平的指导教材。

作者简介

马泽中：北京心理卫生协会理事 中国心理卫生协会会员 燕园博思心理咨询中心主任
肇庆工商管理学院客座教授 中学生成功心理素质特训营首席讲师 燕园博思心理咨询中心
专职心理培训师 全国高考回报告会组委会金牌演讲专家 燕园博思心理咨询中心青少年心理咨
询专家 中国教育电视台《超级班会》栏目特约专家 陈龙：中国心理卫生协会会员 北
京心理卫生协会会员 燕园博思心理咨询中心常务副主任 中学生成功心理学习法创始人之一
燕园博思心理培训中心青少年辅导专家 燕园博思企业心理顾问中心高级培训讲师 燕园博思
心理咨自中心企业EAP心理顾问专家组成员 王媛：中国心理卫生协会会员 北京心理卫生
协会会员 国家职业资格认证心理咨询师 国家职业资格认证高级经络催眠师 燕园博思深
圳心理咨询中心副主任 从事小学、中学、师范教育多年；自1981年开始致力于儿童青少年的心理
健康教育与研究，在心理学应用、儿童青少年教育咨询方面积累了丰富的实践经验。

书籍目录

第一节 中学生心理素质与心理健康概述 第二节 中学生心理健康现状与影响因素 第三节 中学生心理发展的特点 第四节 中学生的适应性与发展 第五节 中学生的自我意识与心理健康 第六节 中学生人际关系的发展与指导 第七节 中学生的情绪特点与自我调节 第八节 中学生学习心理与自我调适

章节摘录

第一节 心理素质概述 一、素质、心理素质与心理健康 (一) 素质 素质的含义有狭义和广义之分。

狭义的素质概念是生理学和心理学意义上的素质概念,即“遗传素质”。

《辞海》写道:“素质是指人或事物在某些方面的本来特点和原有基础。

在心理学上,指人的先天的解剖生理特点,主要是感觉器官和神经系统方面的特点,是人的心理发展的生理条件,但不能决定人的心理内容和发展水平。

” 这是关于狭义素质的典型解释。

广义的素质指的是教育学意义上的素质概念,指“人在先天生理的基础上在后天通过环境影响和教育训练所获得的、内在的、相对稳定的、长期发挥作用的身心特征及其基本品质结构,通常又称为素养

。主要包括人的道德素质、智力素质、身体素质、审美素质、劳动技能素质等。

” 素质教育中的素质,指的是广义素质。

素质在心理学界被解释为个体生而具有的解剖和生理特点,主要是指感觉器官、运动器官、神经系统等的结构特点和机能特点。

例如,有的人视力好,有的人视力差;有的人音色好听,有的人音色刺耳;有的人神经系统的耐力高,有的人神经系统的耐力低等等。

好的先天素质特别是神经系统的结构和机能特点是个人心理发展的生物学前提,但它既不是心理发展的唯一因素,也不是决定因素。

心理的发展是素质、环境、教育、文化和个人主观努力共同作用的结果。

.....

媒体关注与评论

《家有考生系列丛书》，通过丰富翔实的案例资料，将原本深奥的心理学理论知识与实践相结合，以流畅的文笔娓娓道来。

知识是学生腾飞的翅膀；学习是学生成长的阶梯。

本套丛书主要从学习方法、学习心理着眼，是学生提升自我的良师益友，也是每个望子成龙、望女成风的家长的首选读物！

——刘福源（北京心理卫生协会理事长） 本书从新的视角，阐述了中学生成功学习的方法，将心理学融入到日常学习当中。

一个人只有在充分地了解自己、接纳自己、战胜自己的前提下，才能赢得自己的未来。

——屈英（北京回龙观医院心理科主任） 进入21世纪后，我国中学生的心理健康状况不容乐观。

“焦虑、抑郁、人际敏感、敌对、恐怖、偏执”等心理问题呈增长态势。

《家有考生系列丛书》的适时出现，为广大中学生及其家长提供了可参考的心理问题自测表和自我调适的科学方法，恰如一场保护中学生心理健康的“及时雨”。

——张淑芳（北京心理卫生协会秘书长、北京同仁医院临床心理专业副主任医师） 人最高的欲求，就是为了时时创造出新生活。

人的心灵用于自己的构思，人的判断用于自我的指导，人的双手用于自己永远不断的实践。

——孙欲晓（中国心理卫生协会会员） 家中有正值青春期的少年，能看到他们的梦想、激情以及遭遇阻碍时的苦恼。

借鉴别人的经验可以使我们少走弯路，这便是学习的意义吧！——杨莹（燕园博思心理咨询中心咨询专家） 进入到高中阶段的学生，其智力差异已经很小了，成败的关键是正确学习方法的运用与心理意识层面的提升。

——成熙（燕园博思心理咨询中心咨询专家）

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>