

<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

图书基本信息

书名：<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

13位ISBN编号：9787807244356

10位ISBN编号：7807244356

出版时间：2009-8

出版时间：京华出版社

作者：李争平 王爱莲

页数：241

字数：160000

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>

<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

内容概要

心理健康问题是21世纪的一个重大问题。

随着人们生活节奏的迅速回忆和竞争的日益激烈，生活给人们心理上造成了很大的压力。

成长于这个变革时代的青少年，心理的失稀现象也日益增多。

本书从青少年的心理健康教育出发，有针对性地探讨青少年心理问题的解决方法，从千变万化的心理现象中，列举出典型的和常见的“病症”，并列出的心理表现，成因、解决办法、注意事项、典型案例等，为教师和家长了解青少年的心理问题提供一个快捷和通俗的平台，也为青少年解决自身的心理问题提供一个较为全面的参考。

<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

作者简介

李争平，中学语文高级教师，42岁，有20年初中和高中语文课和信息技术课的一线教学经验，曾多次参与河北省骨干教师心理健康的课程培训。在中学中进行了近两年的学生心理咨询的实践。

王爱莲，中学政治课高级教师，40岁，2005年通过国家高级心理咨询师资格考试，在学

<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

书籍目录

第一章 开场白 青年心理发展的特点 青少年心理健康的标准 第二章 走向成熟之门 男女心理的差异 早恋 失恋挫折心理 性意识困扰 烦恼无人知——遗精 痛并快乐着——手淫 性幻想与性梦 人际敏感 人际冲突 社交恐惧 人际孤独 求职心理准备 求职受挫心理困扰 第三章 学习阶梯 要讲求学习方法 要讲求记忆的方法 向前看,莫走神儿 决心和恒心 厌学情绪 车到山前无路行——考试焦虑 学习心理障碍 第四章 心理放大镜 心中的漩涡——自杀心理透视 天生我才为哪般——自卑心理透视 天生的公主——虚荣心理透视 倾斜的天空——嫉妒心理透视 无所事事心最痛——空虚心理透视 无处着陆——浮躁心理透视 躲在墙角的花——逃避心理透视 失败有阴影——挫折心理透视 把心顶在头顶上——自负心理透视 我偏不那样——逆反心理透视 铁公鸡——吝啬心理透视 汽油性子——易怒心理透视 智子疑邻者——猜疑心理透视 只做最好的——完美心理透视 从报复到习惯——偷窃行为透视 追星心结——偶像崇拜心理透视 迷雾中——烟瘾透视 两个世界之间——网瘾透视 半梦半醒之间——酒瘾透视 心理龙卷风——赌博成瘾心理透视 第五章 带花的荆棘 第六章 人格与情绪

<<青少年心理健康测试治疗与调适>>

编辑推荐

《青少年心理健康:测试治疗与调适》：家长了解孩子心理健康的参考书教师了解青少年心理健康的枕边书青少年进行心理自疗的必备书

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>