

《高中生心理健康教育自助读本》

图书基本信息

书名：《高中生心理健康教育自助读本》

13位ISBN编号：9787534344671

10位ISBN编号：7534344670

出版时间：2005-8

出版社：凤凰出版传媒集团，江苏教育出版社

页数：66

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《高中生心理健康教育自助读本》

内容概要

《高中生心理健康教育自助读本(高中2年级上)》内容包括：改变，从习惯开始、喜欢你自己、圣人思因凡人思果、分点爱给父母、爱情怎么办、草莓一族、杯子是半满的、网上网下多思量不再怨天尤人等。

《高中生心理健康教育自助读本》

书籍目录

1 改变，从习惯开始2 喜欢你自己3 圣人思因凡人思果4 分点爱给父母5 爱情怎么办6 草莓一族7 杯子是半满的8 网上网下多思量9 不再怨天尤人10 管好自己的情绪11 爱美之心人皆有之12 真理亦需巧言13 step-by-step14 有朋友，有世界

章节摘录

从哪里开始应付以上那些恼人的问题？从改变习惯开始。 问题青少年的6个习惯： 习惯1：被动反应。把所有的问题归咎于你唠叨的老爸老妈，愚蠢的老师，社会或者其他什么。你自己则总是个受害者。你对自己的生活不负任何责任。 习惯2：不定目标、不计后果。不做计划，尽量逃避任何目标，从不考虑将来。干嘛要为自己的行动担忧？我还是个孩子。反正我也没钱，父母不同意我什么都不能做。 习惯3：重要的事情留到最后去做。让我一次玩个够，看电视、QQ聊天、网络游戏、闲逛。家庭作业？晚点再做，所以我们经常很晚睡觉。 习惯4：争强好胜。别让其他人获得成功；切记，他们的成功就是你的失败。 习惯5：先夸夸其谈，再假装倾听。一定对自己感兴趣的事情大谈特谈，然后再假装倾听别人的意见。 习惯6：不用合作。其他人都很奇怪，因为他们不是你。何必要和他们共处。自己干要强得多。一切都要自己来。

《高中生心理健康教育自助读本》

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:www.tushu000.com