

《成功从心理开始》

图书基本信息

书名：《成功从心理开始》

13位ISBN编号：9787562320166

10位ISBN编号：7562320160

出版时间：2006-5

出版社：

作者：袁荣亲

页数：232

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

《成功从心理开始》

内容概要

本书编写的目的是通俗易懂，通过简浅的案例、心理分析以及心理自我调节训练，达到心理健康教育的目的。由学生通过自己阅读或者在教师的指导下阅读，了解和掌握相关的心理健康知识，通过自我的心理调节以达到健康的心理状态。在本书心理DIY中插入部分心理游戏性小测验。

《成功从心理开始》

书籍目录

第一章 健康的心理 成功的人生 第二章 健康的自我形象是成功的基础 第三章 青春期性心理 第四章 学会适应 第五章 学会学习 第六章 学会积极认知 第七章 情绪的调控 第八章 挫折成就强者 第九章 与压力共舞 第十章 怎样与人相处? 第十一章 走近心理咨询

《成功从心理开始》

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