

《不就是高考吗：学生与家长心理辅导》

书籍信息

版次：1

页数：200

字数：130000

印刷时间：2003年03月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787540651305

编辑推荐

内容简介

由一般心理总是发展到较严重的心理障碍大多都要经过一个较长的时期，其实高三学生的种种心理问题很多在高一、高二甚至更早的时候就可以发现端倪，故最好从高一、高二起就开始加以预防，此为上上策！本书的观点是强调对考生的心理问题早治优于晚治，预防重于治疗！

本书主要是针对高三的学生的家长，但对于高一、高二的学生和家长来说也具有同等重要的意义，相信本书全新学习观念及科学的备考与应考方示将使中学生的学习和高考旅途变得更加轻松！

目录

引言

1.不要剥夺自己成功的机会

2.高考成功的关键——建立高芳自尊

一、稳定情绪，平衡心态

1.为什么某些中学生会屡屡出现情绪与行为问题

2.不如何时才能告别痛苦

3.我觉得自己成绩差是因为智商低，我为什么这第笨啊

4.我只希望学习有捷径可走，请问是否有速成法

5.为什么我老是回避难题，知难则退

6.经常是“怒发冲冠”请问我的暴躁脾气可以控制吗

7.最近我做什么事都不顺利，我怎么老倒霉啊

8.社会注生“分数”而我连基本的生活能力都成问题，咋办

9.成天泡在网吧里，我已上瘾，该怎样“跳”出来

10.我想戒烟，但害怕同学说我不合群，我该怎样抉择

11.当上手淫的习惯几年了，我很自责，不知该怎么办

12.我为什么总是多愁善感，情绪完全由他人左右

二、和谐处世，交友有方

1.我总与父母、老师、同学合不来，感到很孤立，该怎么办

2. 交友难，他们总有些习惯让你难受，我该如何与他人相处
3. 为什么我总是难以对他人说“不”呢
4. 我不能忍受别人超过自己，这是为什么
5. 我总觉得自己“低人一等”为什么别人会瞧不起我
6. 她为什么不愿意上学，害怕与人交往

.....

三、成功策划，轻松学习

四、战胜焦虑，有效应考

五、考生减压，父母有责

后记

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)