第一图书网, tushu007.com

<<幸福可以选择（成长篇）>>

图书基本信息

书名：<<幸福可以选择（成长篇）>>

13位ISBN编号：9787111109969

10位ISBN编号：7111109961

出版时间：2003-1

出版时间：机械工业出版社

作者：（美）考利

页数：247

译者：毕崇毅

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

本书确实是一部不可多得、引人入胜的佳作。
每章的开篇都会以自我评价的方式来使读者强化对自我的认识；接着娓娓道来的各部分内容会在字里行间都向读者证实一个事实：你完全有权力去选择自己的生活。
这也正是作者的目标所在，让每一位读者在潜移默化中树立起内心的自我意识和选择权力。
而每章末尾的个人目标训练以及章内的习题更是做到了有的放矢、不但能加深你的学习效果，还可以为你提供许多有效的解决方式。

作者简介

专利夫妇均为美国著名心理学家，职业心理医生，美国心理协会会员（心理咨询）。
丈夫杰拉德·考利还是1991年加利福尼亚州立大学福乐顿校区优秀教授，拥有南加州大学博士学位，心理咨询业证书和美国职业心理学学会证书。
妻子玛里安·施耐德·考利则是加州职业婚姻和家庭治

书籍目录

生活中的选择关于作者前言第1章 邀请你加入个人学习和成长计划 我的现状 选择和改变 个人成长模型 你是否是个积极的学习者 多重智能和多重学习方式 从本书得到最大收益：对个人学习的建议 总结 我的目标 罗杰斯多重智能指标第2章 回顾你的童年和青春期 我的现状 性格发展阶段概况 幼儿期 童年早期 1-6岁的影响 童年中期 进入青春期 青春期 总结 我的目标第3章 成年期和自治 我的现状 实现自治和独立的斗争 成年期的阶段 早期成年阶段 成年期中期 中年期晚期 成年晚期 总结 我的目标第4章 你的身体和健康 我的现状 健康和生活选择 保持健康的生活习惯 你的身体特征 总结 我的目标第5章 工作和休息第6章 死亡和失去第7章 人生的意义和价值第8章 实现个人成长的道路

第一图书网, tushu007.com

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