

# 小学教师心理健康自我维护技巧



[小学教师心理健康自我维护技巧\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-4

装帧:

isbn:9787540850265

《小学教师心理健康自我维护技巧》针对小学教师的实际，梳理出40个典型心理问题加

以分析和指导，帮助小学教师掌握维护自身心理健康的技巧。在体例编排上，每个问题从教师“身边故事”引入，让小学教师在故事阅读中去对照和发现自己的问题；在“心海泛舟”中对“身边故事”进行心理学的剖析和解释；用“策略指导”与小学教师一起探讨解决问题的策略和方法；借“他山之石”反思内化自己今后的言行。《小学教师心理健康自我维护技巧》编写时注意了科学性、目的性、实用性和操作性的结合，让小学教师在轻松、生动、愉快的心境下客观认识自我，积极探究自我，努力完善自我，成功超越自我。

作者介绍:

目录:

[小学教师心理健康自我维护技巧\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[小学教师心理健康自我维护技巧\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[小学教师心理健康自我维护技巧\\_下载链接1](#)