

<<学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787501966035

10位ISBN编号：7501966036

出版时间：2008-10

出版时间：中国轻工业出版社

作者：姚本先，伍新春 编著

页数：281

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>

## <<学生心理健康教育>>

### 前言

《师生心理成长丛书》马上就要和广大读者见面了。

作为作者，我们内心充满着喜悦与激动。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现时代发展的要求，完成党的十七大赋予我们的光荣使命。

党的十七大报告，明确提出了运用科学发展观全面构建和谐社会的奋斗目标。

和谐社会不仅包括政治、经济、文化、环境、生态等外部世界的和谐，也包括个体内心世界的和谐即心理和谐。

心理和谐是个体幸福的指标，也是社会发展的基石。

心理和谐的实质是心理健康，大力开展心理健康教育是实现心理和谐的前提和保证。

和其他重要个人素质一样，心理和谐也应从小抓起，切实重视和关注成长中的儿童、青少年的心理健康，“注重人文关怀和心理疏导”，提高广大教师开展心理健康教育的意识和能力，“为青少年健康成长创造良好社会环境”。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现“优先发展教育”的要求，落实党提出的育人为本、德育为先、实施素质教育的艰巨任务。

当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代旋律，是全面实施和推进素质教育。

素质教育的重要内容和目标之一，就是促使学生养成良好的心理素质，提高学生的心理健康水平。

而要想培养和发展学生的心理素质，最重要的方法就是全面系统地开展心理健康教育。

应该说，最近几年，尤其是2002年颁布《中小学心理健康教育指导纲要》以来，在教育部的组织领导下，全国各地都把心理健康教育看作是德育工作的重要组成部分，许多中小学校开始系统地开展心理健康教育活动，许多教育研究机构尝试开展了系统的心理健康教育培训，在一定程度上提高了广大教师开展心理健康教育的能力，促进了广大中小学生学习心理素质的健康发展。

## <<学生心理健康教育>>

### 内容概要

当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代主旋律，是全面实施和推进素质教育。

素质教育的重要内容和目标之一，就是培养学生良好的心理素质，提高学生的心理健康水平。

而要想培养和发展学生的心理素质，最重要的方法就是面对全体学生系统地开展心理健康教育。

根据“性质·内容·途径·管理”相结合的思路，编者试图在本书中系统而简明地阐述学生心理健康教育的基本原理，为教师开展心理健康教育提供理论与方法的指导。

为此，在“性质”部分，简要阐述了心理健康的涵义与标准、心理健康教育的涵义与功能、目标与实施等，以让广大教师明确心理健康教育的性质，在“内容”部分，系统阐述了有关自我意识、人际关系、学业发展和生活适应等心理健康教育的内容，以让广大教师准确把握心理健康教育的核心内容及其辅导方法，在“途径”部分，系统介绍了课程开设、个别咨询、团体咨询等心理健康教育的专门途径和学科渗透、家庭参与等等方式，让广大教师系统地了解心理健康教育的主要途径及其教育方法。

## <<学生心理健康教育>>

### 作者简介

姚本先，1965年生，安徽省合肥市人。

博士研究生。

安徽师范大学心理学系教授、硕士生导师。

现任芜湖信息技术职业学院院长、安徽师范大学心理健康教育研究所所长。

“新世纪百千万人才工程”国家级人选，安徽省“皖江学者”讲席教授，“安徽省高校教学名师”，安徽省高校学科拔

## &lt;&lt;学生心理健康教育&gt;&gt;

## 书籍目录

性质 第一章 学生心理健康教育的性质 第一节 学生心理健康的涵义与标准 第二节 学生心理健康教育的涵义与功能 第三节 学生心理健康教育的目标与实施内容 第二章 自我意识的教育与辅导 第一节 自我认识的教育与辅导 第二节 自我接纳的教育与辅导 第三节 自我完善的教育与辅导 第三章 人际关系的教育与辅导 第一节 师生关系的教育与辅导 第二节 同伴关系的教育与辅导 第三节 亲子关系的教育与辅导 第四节 异性关系的教育与辅导 第四章 学业发展的教育与辅导 第一节 学习动机的教育与辅导 第二节 学习策略的教育与辅导 第三节 考试焦虑的教育与辅导 第五章 生活适应的教育与辅导 第一节 情绪教育与辅导 第二节 休闲教育与辅导 第三节 消费教育与辅导 第四节 职业教育与辅导途径 第六章 学生心理健康教育——课程建设 第一节 学生心理健康教育课程的涵义 第二节 学生心理健康教育课程的教学 第三节 学生心理健康教育课程的设计 第七章 学生心理健康教育——个别咨询 第一节 个别咨询的涵义与类型 第二节 个别咨询的目标与过程 第三节 个别咨询的技术 第八章 学生心理健康教育——团体咨询 第一节 团体咨询的涵义与价值 第二节 团体咨询的过程 第三节 团体咨询的技术 第九章 学生心理健康教育——学科渗透 第一节 学生心理健康教育与学科教学的关系 第二节 学生心理健康教育中学科渗透的实施 第三节 学生心理健康教育中学科渗透的保障 第十章 学生心理健康教育——家庭参与 第一节 学生心理健康教育与家庭教育的关系 第二节 学生心理健康教育与家庭教育方式的优化 第三节 学生心理健康教育与家庭人际关系的融洽管理 第十一章 学生心理健康教育的组织管理 第一节 学生心理健康教育的组织机制 第二节 学生心理健康教育的机构设立 第三节 学生心理健康教育的档案建立 第四节 学生心理健康教育的绩效评估附录 中小学心理健康教育指导纲要参考文献

## &lt;&lt;学生心理健康教育&gt;&gt;

## 章节摘录

第二章 自我意识的教育与辅导小兰在老师和父母的眼里一直是个很听话的“好孩子”。

以前，小兰每天放学回家，总是把学校里发生的事情绘声绘色地说给爸爸妈妈听。

换洗的衣服由妈妈收拾，书包也让妈妈去整理，周末总喜欢和爸爸妈妈一起出去。

可自从上了初中，小兰有点儿变了。

每天放学一回家，她就走进自己的房间，把门一关，也不知道在干些什么，书包和衣服也不让妈妈收拾了。

更让妈妈担心的是，小兰还自己弄了把锁，把她房间的抽屉锁上了，也不再跟爸爸妈妈说学校的事，而开始写日记了。

以前小兰是不太在意自己的衣着打扮的，现在她的书包里多了面小镜子，在家的时候还时不时地在镜子前照来照去。

有一天，她突然发现自己脸上长出几颗青春痘，于是上课、下课都趴在桌子上，不敢抬头，回到家死缠着爸爸要求请假不上学。

小兰的变化，相信老师们都可以在中学生身上找到一些，或许他们现在也和小兰一样：不再事无巨细地样样请教大人，开始不愿意和父母一起外出，开始厌烦父母的“唠叨”，希望有自己生活、学习的小空间，日记开始上锁，经常问自己“我是个大人吗？”

”“我长得美吗？”

”“我聪明能干吗？”

”……这就是学生的自我意识。

自我意识也称自我，乃是对自己存在的觉察，即自己认识自己的一切，包括认识自己的生理状况（如身高、体重、形态等）、心理特征（如兴趣爱好、能力、性格、气质等）以及自己与他人的关系（如自己与周围人们相处的关系、自己在集体中的位置与作用等）。

总之，自我意识，就是自己对所有属于自己身心状况的认识。

从形式上看，自我意识表现为认知的、情感的和意志的三种形式，分别称为自我认识、自我体验和自我调控。

从内容上看，自我意识可分为生理自我、社会自我和心理自我。

从自我观念来看，又可分为现实自我、投射自我和理想自我三个维度。

自我意识的教育与辅导是指运用有关心理健康教育的理论和技术，帮助学生科学认识自我、悦纳自我、激励自我、调适自我、管理自我的一种教育活动。

通过自我意识的教育与辅导，促进学生良好自我概念的形成和自我意识的发展，形成自尊、自信、自重、自爱、自强、自制的健康人格。

自我意识辅导的内容主要包括自我认识教育与辅导、自我接纳教育与辅导、自我完善教育与辅导三个方面。

<<学生心理健康教育>>

编辑推荐

《学生心理健康教育》由中国轻工业出版社出版。

<<学生心理健康教育>>

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>