

<<中学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<中学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787539236391

10位ISBN编号：7539236396

出版时间：2004-08-01

出版时间：江西教育出版社

作者：郭斯萍，等编

页数：252

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>

## <<中学生心理健康教育>>

### 内容概要

《中学生心理健康教育》内容丰富、自成体系。

心理教育的内容非常广泛，是多侧面、多层次、全方位的，其内容体系多说不一。

教育应当以人为本，以育人为本，学生既是教育的对象，又是教育的主体。

《中学心理健康教育》中60课分成四个部分，即“走进自我”、“我爱学校”、“我爱我家”、“我爱社会”。

全书以“我”这个主体为中心，从自我到学校、到家庭、到社会，展开心理教育的内容，以期达到中学心理教育的思想性、科学性、实践性。

这种心理教育内容的体系，是作者们从学生心理生活实际出发的精心安排，具有自己的特色。

该书形式新颖生动活泼，这本读物的编写结构和形式不同于一般的心理教育书籍，它以其新颖性吸引读者。

每一课都由“长镜头”、“智慧园”、“小舞台”、“归真途”和“精彩链接”五小块构成。

首先精选有关心理问题的现象和材料，让学生观察和认识，在此基础上点明本课心理教育的中心，然后组织小组或全班的交流，继而分析有关的心理问题，最后作出较全面系统的阐述和结论。

这种生动活泼的形式能激发学生的兴趣和学习积极性。

## <<中学生心理健康教育>>

### 书籍目录

走进自我序一 全面开展心理素质教育序二 致中学生朋友第一部分 走进自我一、自我=生理我+社会我+心理我二、健康新观念三、我是生命的奇迹四、走出自卑五、情商与智商六、思维的奥秘七、测测你的气质八、培养好性格九、释放心灵十、正本清源话归因十一、性心理卫生十二、走向人格新大陆十三、用心境战胜环境十四、心理咨询去十五、认识心理障碍我爱学校第二部分 我爱学校十六、动机乃学习之母十七、目标与计划十八、方法高于天赋十九、记忆技术二十、怎样做笔记二十一、坚持预习二十二、向课堂要效率二十三、如何有效复习二十四、应试心理调节二十五、插上想象的翅膀二十六、培养创造性思维二十七、是朋友还是哥们二十八、男孩女孩共同成长二十九、花开太早是个美丽的错三十、学会宽容我爱我家第三部分 我爱我家三十一、亲子之情三十二、理解父母三十三、认识代沟三十四、化解冲突三十五、标签效应三十六、我生命的航标三十七、让我自己长大三十八、杜绝家庭暴力三十九、分担艰辛四十、追星：成熟的前奏四十一、学会理财四十二、关爱他人四十三、共撑这片天四十四、寻求法律帮助四十五、太阳依然升起我爱社会第四部分 我爱社会四十六、人生没有旁观者四十七、志不强者智不达四十八、生命不能承受太轻四十九、自律成人五十、人际交往五十一、化嫉妒为动力五十二、你可以说“不”五十三、从众行为五十四、能力重于学历五十五、求职艺术五十六、行行出状元五十七、保护自己五十八、远离毒品五十九、亦真亦幻话网络六十、做地球村的合格村民后记

## <<中学生心理健康教育>>

### 章节摘录

代沟的基础是两代人之间的年龄差，其本质是反映在年龄差异背后的多重代际差异，如生理差异、心理差异、生活经验的差异、思维模式的差异、社会角色的差异等。

青少年与父母的代际冲突，主要体现在有强烈独立意识的子女对父母禁锢的反抗，有专家认为这是一种“子女意识”的觉醒。

令人感动的是，这些被孩子们抱怨的父母，绝大多数都总是从自己身上来检讨和反省造成两代之间差异和冲突的原因，真是可怜天下父母心。

的确，随着时代的发展，两代人在观念、行为等方面不可避免地产生了碰撞，并由此形成了心理的隔阂。

当我们的父母开始扪心自问，不断地反省自责，并从鲁迅先生那儿去讨教“我们怎样做父母”的真谛的时候，我们这些为人子女者，难道不更应该询问自己的灵魂--我们该如何做子女？

在我们喋喋不休地感叹如今“做子女实在太难、太累、太苦”的时候，比照父母对我们的爱，我们是很应该为之汗颜的，我们又为父母做过什么？

毋庸讳言，现在的孩子尤其是独生子女的一代，由于父母过度的关照和爱护，使他们已经养成了一种自我中心的意识，他们较多地关注自己的生存状况，而较少地体验别人包括父母的感受。

当他们进入青春期时，实际上就是拉开了代际冲突的序幕。

处于青春期的子女们可没有心思去理解父母的苦口婆心，在惊奇地发现了自我这片天地后，他们忙于探索自我，并尽情享受个人心理空间的自由。

他们开始发现了父母为生活琐事忙忙碌碌的平庸和世俗，他们由衷地欣赏自己的不凡和清高。

有人说：“10岁之前，是对父母的崇拜期；20岁之前是对父母的轻蔑期。

”青春期的孩子们突然之间发现了父母形象从未有过的渺小，父母的忠告往往变成了令人生厌的絮絮叨叨和老生常谈。

于是，代沟逐渐出现，代际冲突由此开始。

应该说，父母的爱没有变，只是我们感受爱的心理起了变化。

要弥合代沟，缓解冲突，父母固然有他们的责任，但作为子女，我们也应该从我们自己做起。

.....

## <<中学生心理健康教育>>

### 媒体关注与评论

“中学心理健康教育”对中学生所关心所困扰的话题有较充分考虑到当前中学生心理发展的实际，所涉及的内容能够满足中学生的实际需要。

在坚持科学性的同时，本书尽可能按照中学生容易接受的方式阐述，避免枯燥说教，着重从心理学原理上加以剖析，提出对策。

这使得本书在把握“既有理论深度，又贴近实际，雅俗共赏”这一原则上具有更多的优势。

——本书作者 “这本读物的编写结构和形式不同于一般的心理教育书籍，它以其新颖性吸引读者。

” ——中国心理学会常务理事（杨鑫辉） “这本书向我们介绍了许多很有趣的事儿，比如介绍了一些有趣的心理实验。

书中提供了很丰富的知识，使我们很爱读，读了能明白许多道理。

” ——中国教育学会德育专业委员会副主任兼秘书长（班华）

<<中学生心理健康教育>>

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>