第一图书网, tushu007.com

<<心理健康素质教育实践指导>>

图书基本信息

书名：<<心理健康素质教育实践指导>>

13位ISBN编号：9787533655112

10位ISBN编号：7533655117

出版时间：2010-5

出版时间：时代出版传媒股份有限公司，安徽教育出版社

作者：杨眉

页数：248

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

素质教育作为一种教育思想，以育人为本。
实施素质教育是社会发展的需要，是面对21世纪高新科技挑战的必然要求，是国家教育改革的必然选择。
本丛书的编写，旨在提高青少年的思想道德素质，培养青少年的能力和个性，促进青少年身心健康的发展。
内容涵盖了文化素质、科技素质、心理健康素质、思想道德素质、礼仪素质、体育素质、活动课素质、环境教育、安全教育、法制教育等11大方面。

书籍目录

第一章　性意识、爱情与心理健康一、青少年的性意识发展二、少男青春期心事三、少女青春期心事四、青春期的孤独五、青少年性别认同模糊六、自慰不是罪恶七、青少年要严格避免婚前性行为八、面对性骚扰，勇敢地说“不”九、青春期的异性交往十、青少年应了解性传播疾病的危害十一、认清青少年“早恋”问题十二、不成熟的早恋注定夭折十三、单恋的烦恼十四、从暗恋的困扰中解脱出来十五、不要贪恋一时的爱情十六、认识师生恋的危害十七、应对失恋的心理危机十八、如何应对同性恋第二章 心理问题行为矫正一、认清青少年问题行为的心理二、青少年上网成瘾心理三、防治“网络游戏综合征”四、网络成瘾的调适五、网恋不是爱情的保险六、在崇拜中失去自我七、青少年消费的心理八、青少年自杀心理九、揭示青少年的暴力倾向十、青少年离家出走的心理十一、青少年说谎的原因十二、纠正好逸恶劳倾向十三、青少年犯罪心理十四、攀比的心理十五、青少年的迷信行为第三章 挫折、压力与心理健康一、以平常心看待挫折二、悦纳挫折三、跨越理想与现实的鸿沟四、家庭不幸时的心理调节五、灾难降临时的心理调适六、正确对待挫折七、耐挫能力的自我培养八、认识青少年心理压力九、缓解自身的心理压力十、期望的压力，不堪重负十一、难得糊涂——别把压力交给自己十二、缓解学习压力十三、高考压力的缓解十四、让压力促你前行十五、淡泊为怀——自我化解压力第四章 气质、性格与心理健康一、了解自己的气质类型二、什么是性格三、如何克服自卑心理四、如何克服自闭心理五、如何克服拖延心理……第五章 沟通从心开始——人际交往与心理健康

编辑推荐

青少年素质教育活动指导大系（全36册）提高青少年素质是21世纪教育改革的重任。
要提高青少年的素质，就要充分发展青少年的个性，唤起他们的主体意识，发挥他们的积极主动性，有针对性地对他们进行全方位的培养。
我们针对以上需要，结合国家对青少年素质教育的要求，参考大量的资料、案例和相关著作，选取了一些经典事例编写了本系列丛书，力求把各项素质的教育理论知识转化为普及性读本，并渗透于青少年日常生活中。
这些系统的学习，将提高我国青少年的国际竞争力，使青少年更有担当重任的能力。

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