# <<中小学心理健康教育手册>>

### 图书基本信息

书名:<<中小学心理健康教育手册>>

13位ISBN编号:9787806835722

10位ISBN编号: 7806835725

出版时间:2007-10

出版时间:文心出版社

作者:河南省基础教育教学研究室

页数:485

字数:400000

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

## <<中小学心理健康教育手册>>

#### 内容概要

本书以教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为依据,以广大中小学教师、学生的需求为核心,以心理健康教育标准为主线。

以培养学生健全的心理素质为目标,结合学生常见的心理与行为问题,介绍了心理健康的各个方面,如认识自我、自信心、性格、交往能力、情绪调控能力、社会适应能力和挫折承受力等与心理健康的关系,对心理健康对生活、学习、工作有何影响,心理健康如何保持和维护,近年来学生常见的心理问题与解决对策等作了详细的介绍。

拥有这本书,有助于教师和学生了解自己,提升自己,维护自己的心理健康。

这本书的编写充分考虑到广大一线教师的实际需要,理论知识丰富,可操作性强。

阅读本书的的教师,不仅能懂得基本的心理健康知识,还有助于自己的专业成长。

同时在教育教学中,能够把心理健康教育的知识言传身教给学生,掌握预防或矫正学生常见的普遍心理与行为问题的方法与对策,特别是对教师在教育教学中实施素质教育,培养学生良好的心理素质具有直接助益。

## <<中小学心理健康教育手册>>

#### 书籍目录

第一章 做心理健康的人 一、心理健康概述 二、心理健康的判别依据 三、心理健康的标准 四、做 个心理健康的人 五、哲理故事 六、心理健康测试第二章 自我意识与心理健康 一、自我意识概述 二、学生自我意识的特点 三、自我意识与心理健康 四、如何完善自我意识 五、哲理故事 六、自我 自信与心理健康 一、什么是自信 二、学生常见的问题 三、如何培养自信心 四 意识检测第三章 哲理故事 五、心理测试第四章 人格与心理健康 一、气质与心理健康 二、性格与心理健康 三、 学生常见的性格弱点及调节 四、学生应具备的好性格及培养 五、哲理故事 六、心理测试第五章 人 际交往与心理健康 一、人际交往的意义 二、师生交往的基本原则 三、学生交往中常见的问题 四、 如何建立良好的人际关系 五、哲理故事 六、人际交往能力测试第六章 异性交往与心理健康 一、异 性交往的意义 二、影响两性交往的原因 三、异性交往中常见的问题 四、如何进行异性交往教育 五 亲子关系与心理健康 第九章 情 哲理故事 六、心理测试第七章 师生关系与心理健康第八章 绪调控与心理健康第十章 挫折与心理健康第十一章 演习与心理健康第十二章 考试焦虑与心理健 康 第十三章 适应能力与心理健康 第十四章 青春期心理与心理健康第十五章 网络与心理健康 第十六章 追星与心理健康第十七章 竞争与心理健康第十八章 学生常的心理与行为问题第十九章 学生常见的心理障碍第二十章 高考学生的心理困惑与调适参考文献

# <<中小学心理健康教育手册>>

### 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