

<<教师心理健康研究>>

图书基本信息

书名：<<教师心理健康研究>>

13位ISBN编号：9787107165368

10位ISBN编号：7107165364

出版时间：2003-7

出版单位：人民教育出版社

作者：方方

页数：438

字数：355000

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>

## <<教师心理健康研究>>

### 内容概要

本书是浙江省教育科学规划课题成果，是一线教师结合实际需要进行的教师心理健康自我教育的探索。

全书分三大部分，第一部分阐述教师心理健康的重要性及保持健康心态的具体方法，第二部分描述本课题研究的科学过程，第三部分是部分经历本课题研究过程的教师运用所学心理健康知识解决实际问题的心得体会。

本书对广大中小学教师的心理健康教育颇有裨益。

## <<教师心理健康研究>>

### 作者简介

方方，女，高级讲师，现任浙江省浦江县教育研究与教师进修学校副校长。  
荣获浙江省特级教师、金华市劳动模范、金华市三八红旗称号，先后有八十余万字的学术论文及著作发表和出版，其中《托起明天——新世纪中小学教师的修养》一书在教育界反响热烈；中央电视台第十套节目和浙

## &lt;&lt;教师心理健康研究&gt;&gt;

## 书籍目录

上编 幸福不幸福全在自己 第一章 要创造人类幸福,全靠我们自己——课题的缘起及研究过程  
 一、教师早衰现象和师德事件引起的思考 二、责任感、使命感炙烤着我们 三、谁都不是救世主  
 . 全靠自己救自己 四、更重要的是过程 第二章 您觉得自己健康吗——教师心理健康概述 一、  
 何谓健康 二、何谓心理健康 三、心理健康与身体健康 四、你的心理健康吗 第三章 心理健  
 康教育“治标”与“治本”——教师心理健康与学生心理健康 一、教师队伍怎么了 二、一个冤  
 案铸就一个痛苦的灵魂 三、学生心理问题污染源在哪里 四、学校心理健康教育：治标更要治本  
 第四章 冲破自己筑就的心理牢笼——教师心理问题分类 一、职业适应不良 二、职业行为异常  
 三、人际交往障碍 四、人格障碍与人格缺陷 五、神经症 六、职业倦怠 第五章 充分了解  
 自己,从容面对困难——气质、性格与教师心理健康 一、气质与心理健康 二、性格与心理健康  
 第六章 苦难：天才的垫脚石,弱者的万丈深渊——教师的压力、挫折与心理健康 一、压力与应  
 激 二、挫折与适应 三、面对挫折,怎样使自己坚强起来 四、压力状态下使自己轻松起来 第  
 七章 生活像镜子,你笑它也笑,你哭它也哭——教师的合理认知与心理健康 一、一个摆脱情绪困  
 扰的良方：合理情绪疗法 二、运用ABCDE模式心理自助案例 三、关键是树立合理认知,用睿智  
 的目光看世界 第八章 道德：构建幸福心灵大厦的支柱——教师的职业道德与心理健康 一、问  
 题到底出在哪儿 二、师德修养——构建幸福心灵大厦的奠基石 三、提升职业道德水平,学会  
 心理自我调节 第九章 欢乐课堂：师生共享的精神家园——课堂心理气氛与教师心理健康 一、你  
 快乐,所以我快乐 二、教师的课堂快乐从何而来 第十章 温馨校园：教师心灵的港湾——校园人  
 际环境与教师心理健康 一、假如人人都献出一点爱 二、良好的人际关系是幸福和成功的基石  
 三、营造一个安全和谐的校园人际环境 第十一章 我且受用这无边的“荷香月色”好了——文化休  
 闲与教师的心理调适 一、休闲——教师的心理按摩 二、最大的杀手是自己——这不是危言耸听  
 三、最好的医生是自己——这不是天方夜谭 四、让心灵的疲惫在“荷香月色”中消融中编 我  
 们亲历了一个过程 第一章 前期研究准备 一、调查研究报告：农村小学教师心理健康现状调查分  
 析 二、论文：教师心理保健——学校管理的一个重要领域 第二章 中期研究设计 一、课题研究  
 方案 二、课题活动计划 第三章 后期研究成果 一、问题的提出 二、研究对象与方法 三、  
 理论基础与研究措施 四、研究结果分析 五、讨论 六、结论附：专家鉴定意见下编 在自我教  
 育中成长参考文献

<<教师心理健康研究>>

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>