

<<心理健康教育教程>>

图书基本信息

书名：<<心理健康教育教程>>

13位ISBN编号：9787107180309

10位ISBN编号：7107180304

出版时间：2004-9

出版单位：人民教育

作者：中小学教师心理健康教育教程编写组 编

页数：378

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>

## <<心理健康教育教程>>

### 前言

学校教育要促进儿童身心的协调发展，就离不开心理健康教育，中小学生综合素质的提高应以良好的心理素质为基础。

在中小学开展心理健康教育，既是适应社会和时代的发展，全面实施素质教育的需要，也是提高中小学德育工作针对性、实效性，促进中小学生全面发展的需要。

开展中小学心理健康教育工作，加强心理健康教育的师资队伍建设是关键。

教育部在《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》和《中小学心理健康教育指导纲要》中指出：“各级教育行政部门和学校要把教师心理健康教育作为教师职业道德教育的一个方面，为教师学习心理健康教育知识提供必要的条件”“要积极开展从事心理健康教育教师的专业培训”“要把对心理健康教育教师的培训列入各地和学校师资培训计划，以及在职教师继续教育的培训系列”“通过培训提高专兼职心理健康教育教师的基本理论、专业知识和操作技能水平。

”为全面贯彻《公民道德建设实施纲要》和《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》的精神，推进中小学心理健康教育工作健康发展，教育部师范教育司、基础教育司组织有关专家、学者，依据《中小学心理健康教育指导纲要》，编写了《心理健康教育教程》（小学专兼职教师使用）和《心理健康教育教程》（中学专兼职教师使用），作为全国中小学教师继续教育公共课教材培训使用。

## <<心理健康教育教程>>

### 内容概要

学校教育要促进儿童身心的协调发展，就离不开心理健康教育，中小学生综合素质的提高应以良好的心理素质为基础。

在中小学开展心理健康教育，既是适应社会和时代的发展，全面实施素质教育的需要，也是提高中小学德育工作针对性、实效性，促进中小学生全面发展的需要。

开展中小学心理健康教育工作，加强心理健康教育的师资队伍建设是关键。

教育部在《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》和《中小学心理健康教育指导纲要》中指出：“各级教育行政部门和学校要把教师心理健康教育作为教师职业道德教育的一个方面，为教师学习心理健康教育知识提供必要的条件”“要积极开展从事心理健康教育教师的专业培训”“要把对心理健康教育教师的培训列入各地和学校师资培训计划，以及在职教师继续教育的培训系列”“通过培训提高专兼职心理健康教育教师的基本理论、专业知识和操作技能水平。

”为全面贯彻《公民道德建设实施纲要》和《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》的精神，推进中小学心理健康教育工作健康发展，教育部师范教育司、基础教育司组织有关专家、学者，依据《中小学心理健康教育指导纲要》，编写《全国中小学教师继续教育公共课教材：心理健康教育教程（小学专兼职教师使用）》和《心理健康教育教程》（中学专兼职教师使用），作为全国中小学教师继续教育公共课教材培训使用。

## &lt;&lt;心理健康教育教程&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 绪论第一节 心理健康与心理健康教育一、心理健康的含义与标志二、心理健康教育是时代的要求三、适应性指标与发展性指标四、心理健康教育的目的第二节 国内外心理健康教育的研究一、东西方教育对心理健康的影响二、国外心理健康研究对我国心理健康教育的启示三、中国心理健康教育的过去、现状和发展第三节 重视小学生的心理行为问题一、小学生心理行为问题的主要表现二、影响小学生心理健康的因素三、小学生心理健康的标准第二章 心理健康教育的基本原理第一节 心理健康教育的指导思想与基本原则一、心理健康教育的指导思想二、心理健康教育的基本原则三、心理健康教育与小学生全面发展第二节 心理健康教育的模式一、心理健康教育专题讲座模式二、心理健康咨询(辅导)模式三、定期心理健康咨询、治疗模式四、学科教学、班主任工作、德育渗透模式五、校园文化活动的教育模式第三节 心理健康教育的功能、目标与任务一、心理健康教育的功能二、心理健康教育的目标与任务第四节 心理健康教育的途径和方法一、创设符合小学生心理健康要求的环境二、提供面向全体小学生的心理健康教育三、开展面对个别小学生的心理健康教育四、实施学校心理健康教育的具体方法第五节 创新人才培养与心理健康教育一、创新精神与心理健康二、创新能力与心理健康三、创新人格与心理健康四、知识积累、创新活动与心理健康五、教育创新中的心理健康教育第三章 小学生心理发展的特点第一节 小学生大脑与神经系统的发展和健康教育一、大脑结构的进一步完善二、大脑机能的发展三、小学生的健康教育第二节 小学生认知发展的特点一、小学生注意发展的特点二、小学生记忆发展的特点三、小学生思维发展的特点四、认知能力的个别差异第三节 小学生情绪、个性和社会性的发展一、小学生情绪发展的特点二、小学生自我意识发展的特点三、小学生社会观点采择能力发展的特点四、小学生道德发展的特点五、小学生家庭社会化的特点六、小学生的同伴关系和师生关系的特点第四章 小学生学习心理指导第一节 小学生学习理论概说一、行为学习论二、认知学习论第二节 小学生学习方法指导一、如何激发小学生的学习动机二、指导小学生提高记忆能力的方法三、指导小学生提高解决问题能力的方法第三节 小学生学习问题原因分析及对策指导一、认知方面的原因及对策二、某些非智力方面的原因三、学校及其他方面的原因第五章 小学生自我意识的指导第一节 小学生自我意识的理论解说一、自我意识概述二、小学生自我意识发展的特点三、自我意识在小学生心理健康中的作用第二节 小学生的自我概念与自我评价的指导一、小学生自我概念的构成类型二、自我评价的途径第三节 小学生自尊感的培养与自我控制的加强一、小学生自尊的养成二、小学生自我控制的加强第四节 小学生自我意识问题案例分析一、案例故事二、教育建议第六章 小学生人际交往指导第一节 人际交往的基本理论解说一、人际交往理论二、人际特质理论三、人际激励理论第二节 小学生同伴关系的发展与指导一、小学生同伴关系与心理健康二、小学生同伴关系的发展特点三、小学生良好同伴关系的建立方法第三节 小学生师生关系的发展与指导一、小学生师生关系与心理健康二、小学生师生关系的发展特点三、小学生良好师生关系的建立方法第四节 小学生亲子关系的发展与指导一、小学生亲子关系与心理健康二、小学生亲子关系的发展特点三、小学生良好亲子关系的建立方法第五节 小学生人际交往问题的案例分析一、小学生同伴交往问题的案例分析二、小学生师生交往问题的案例分析三、小学生亲子交往问题的案例分析第七章 小学生生活与社会适应指导第一节 社会适应概述一、小学生社会适应的概念二、小学生社会适应的意义三、小学生社会适应的主要内容四、小学生社会适应的素质要求第二节 小学生健康情感的培养一、小学生情感的特点二、小学生情感的社会适应意义三、小学生健康情感的培养第三节 小学生良好意志品质的形成一、小学生意志发展的特点二、小学生良好意志的社会适应意义三、小学生良好意志品质的培养第四节 小学生心理承受力的提高一、小学生心理承受力的特点二、小学生良好心理承受力的社会适应意义三、小学生心理承受力的提高第五节 小学生社会生活技能的指导一、自我保护技能指导二、社交技能指导三、消费技能指导四、课余活动指导第六节 小学生社会适应问题案例分析.....第八章 小学生常见心理行为问题及其指导第九章 小学生个别心理咨询第十章 小学生团体心理咨询第十一章 小学教育教学活动中的心理健康教育第十二章 小学心理健康教育活动课的设计与实施第十三章 学校、家庭、社区心理健康网络的建设第十四章 小学生心理健康的测量与评价

## &lt;&lt;心理健康教育教程&gt;&gt;

## 章节摘录

心理健康首先是指没有心理疾病，这要从对心理或心理现象的理解开始。

心理科学是一门研究人的心理现象的科学。

所谓心理或心理现象，主要指心理活动的表现形式。

一般把心理现象分为两类，即心理过程与个性。

前者包括知、情、意三种过程，即指感觉、知觉、记忆、想象、言语、思维等认识（知）过程，情绪体验或情感（情）过程和意志（意）行为的意志过程，这些是心理现象的动态表现形式；后者是在心理过程中表现出来的具有个人特点的、稳定的心理倾向与心理特征，有需要、兴趣、态度、动机、观点、信念等心理倾向和能力、智力、气质、性格等心理特征，这些是心理现象的静态表现形式。

2.心理疾病 心理疾病是指心理现象或精神现象发生病理性的变化，它有轻度和重度之分。

轻度的心理疾病往往叫做心理障碍，它是指心理出现轻度创伤，指由不良刺激引起的心理异常现象；重度的心理疾病指精神疾病，有广义和狭义之分，前者包括所有精神疾患，后者仅指重性精神病，不包括神经疾病、人格异常、心身疾患和智力发育迟滞等。

中小學生常见的心理问题或行为问题，例如嫉妒、自卑、任性、孤僻、焦虑、交往困难、学习不良、逆反心理等，不属于心理障碍的范畴，而是一种心理失衡的状态。

中小學生中有没有心理障碍？

有，但这是极少数，例如神经衰弱、社交障碍、学校恐惧症等。

不管是要解决心理失衡的问题，还是要解决心理障碍的问题，都离不开心理健康教育。

这是我们讨论心理健康教育的出发点。

至于极个别的学生患有重度的心理疾病，那不属于心理健康教育的范畴。

3.心理状态 心理健康者要具有积极向上发展的心理状态。

所谓心理状态指的是一种品质，尤其是指特定时刻的一种品质表现。

它具有两个特点：一是暂时性，二是稳固性。

在一定意义上，它是心理过程与个性的统一的表现。

心理过程都是在一定的心理状态的背景中进行，都表现为一定的心理状态。

如注意的分化与集中状态；思维的速度、灵活性、创造性和“灵感”状态；情绪的激动和沉着状态；意志的果断和犹豫状态，等等。

心理状态是个别心理过程的结合、统一，是某种综合的心理现象，所以它往往以形成的某种个性特征表现出来，反映一个人的个性面貌或个体的精神面貌，因而心理状态的特征又往往成为一个人的个性的表现。

因此，一个人在特定时刻的心理状态，是当前事物引起的心理过程、过去形成的个性心理和以前的心理状态相结合的产物。

心理状态可以是积极的，也可以是消极的，而积极向上的心理状态是心理健康的重要标志。

.....

<<心理健康教育教程>>

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>