第一图书网, tushu007.com

<<教师心理保健>>

图书基本信息

书名：<<教师心理保健>>

13位ISBN编号：9787212017545

10位ISBN编号：721201754X

出版时间：2000-2

出版时间：安徽人民出版社

作者：柳友荣 编

页数：323

字数：239000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

自80年代以来，心理健康问题引起了国内学者的广泛关注，也出了许多研究成果。
本书结合知识经济社会的特征和现代技术的发展，就教师职业领域里有关心理卫生和心理保健的理论和方法作了专门的探讨和介绍。
　本书主要从“技术关联与现代教师心理素质的建构”、“教师认知心理调适”、“教师情绪的调适”和“教师人格的自我完善”等方面，对教师的心理卫生知识和心理保健方法作了系统而具体的阐释。
特别对技术发展与教师心理健康之间的关系，作者作出了有益的、较深入的研究。

作者简介

柳友荣，男，心理学副教授，主要研究方向为技术发展与心理建构的关系，学校心理辅导。
公开发表研究论文20余篇，主编过《心理学教程》、《心理发展学》、《实验心理学》、《教师心理保健》等7部著作。
现任安徽省心理学会理事、安徽省教育心理学会常务副会长。

<<教师心理保健>>

书籍目录

前言第一编 心理保健：现代人的精神大餐 一、健康新视野：走进心灵深处 二、心理健康忧思录：敲响现代人的健康警钟 三、替心理“号脉”：认识你自己 四、剖析人性：卡耐基成功术第二编 师魂自塑：教师的心理健康 一、教师的心理重负：不容回避的现实 二、教师心理失衡的诱因：寻找失落的印记 三、老师、您好：受欢迎的教师个性 四、教师心理的自我定位：我是谁 五、反求诸己：“灵魂工程师”的心理自塑第三编 素质重组：信息时代的心理工程 一、技术关联：心理营养学 二、素质重组：走进信息社会第四编 心病究源：掀起“心病”盖头来 一、“利必多”释义：弗洛伊德眼里的精神世界 二、解读马斯洛：心理金字塔 三、罗杰斯的发现：自我概念的扭曲第五编 教师认知心理的调适：退一步，海阔天空 一、寻找自我的坐标：揭开斯芬克斯之谜 二、认识烦恼：何必作茧自缚 三、围墙外的喧嚣：全新的挑战 四、无法背叛的召唤：活到老，学到老 五、自我陈述：剔除消极标签第六编 教师情绪的调适：呼唤自觉意识 一、情绪与健康：一项熟视无睹的常识 二、怎一个“愁”字了得：才下眉头，却上心头 三、破译紧张：别给自己贴标签 四、直面课堂尴尬：教育机智的培养 五、微笑面对生活：给心情放假 六、走出阴影：遗忘也是一种本领 七、学会宣泄：给心理按摩 八、消除心理倦怠：留白的妙用 九、“怒发”何须“冲冠”：制怒的学问 十、《圣经》里的“凶眼”：慎防“妒火” 十一、抑郁的释除：冲破灰色囚笼 十二、苛求平等：“投桃”不必“得李” 十三、爱上“差生”：教师个人价值的显现 十四、体验轻松的感觉：替心理松绑第七编 教师人格魅力：个性的自我完善第八编 和教师的谈话：心理健康教育附录 心理咨询与治疗方法简介参考文献

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