

<<当代学校心理健康指导>>

图书基本信息

书名：<<当代学校心理健康指导>>

13位ISBN编号：9787504144133

10位ISBN编号：7504144134

出版时间：2010-4

出版时间：教育科学出版社

作者：张玲

页数：303

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>

<<当代学校心理健康指导>>

内容概要

本书主要是针对当前学校教育过程中，教师以及家长如何应对学生成长历程中的一些常见的心理问题而写的，符合当今学校教育的实际情况，具有很强的时代特征和现实意义——这里理论与实践高度结合，有解除学生常见心理问题的妙招，还有指导学生健康网络生活的心理宝典，让您在轻松的阅读中获得指导学生心理健康的锦囊妙计。

<<当代学校心理健康指导>>

作者简介

张玲

1965年出生，白族。

教育学硕士、心理学博士，华东师范大学教育管理系副教授。

1993年开始担任华东师范大学心理咨询中心特约咨询师。

是中国最早的一批从事心理咨询的专业工作者。

已出版专著多部。

专著《心理健康研究与指导》获第六届上海市哲学社会科学优秀成果著

<<当代学校心理健康指导>>

书籍目录

修订说明第1章 心理健康新概念 第一节 学校心理健康指导的紧迫性和专业性 第二节 关于心理健康的研究 第三节 心理健康的界定 附录：心理健康自评(SCL—90自测)第2章 社会认知失真：心理障碍的重要根源 第一节 社会认知与心理健康 第二节 常见的认知失真 第三节 防御性认知第3章 认知失真的矫正 第一节 认知治疗技术 第二节 归因分析与归因治疗 第三节 理性教育第4章 负面情绪的调整 第一节 负性情绪情感的变化规律 第二节 负性情绪情感之一：抑郁 第三节 负性情绪情感之二：焦虑 第四节 负性情绪情感之三：耻感与罪感第5章 丰富情感的培养 第一节 丰富的情感体验造就丰富的人格 第二节 感受崇高 第三节 感受美好 第四节 感受爱第6章 健康的意志行为 第一节 意志与健康 第二节 行为矫正理论 第三节 现代治疗的核心：追寻意义、学会负责 第四节 重建积极自主的生活第7章 健康的个性 第一节 你的个性好吗 第二节 个性中的先天成分——气质 第三节 神经症人格倾向 第四节 健康个性的培养 附录：气质测验第8章 健康的自我 第一节 感受自我力量的重要性 第二节 青少年的叛逆：自我同一性的探寻 第三节 青少年的时尚 第四节 自我的成长第9章 和谐的人际关系 第一节 人际关系与心理健康 第二节 交往分析理论 第三节 自我三层理论 第四节 群体行为的特殊性 第五节 如何建立良好的人际关系第10章 青少年异性交往 第一节 异性交往为何仍然是教育的难题 第二节 异性交往：人生的必修课 第三节 早恋：带刺的玫瑰 第四节 如何进行异性交往指导 附录：龙应台与儿子安德烈的通信第11章 健康的网络生活 第一节 青少年网络不良使用分析 第二节 青少年为什么会网络成瘾 第三节 如何治疗网络成瘾 第四节 重建健康的网络生活第12章 学业问题诊断与指导 第一节 学习困难的祸根之一：感觉统合失调 第二节 学习的非认知方面 第三节 学习的个别差异性 第四节 生活方式与学业参考文献后记：哪里才是心理健康的真正庇护所

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>