

<<心理健康教育讲课指南>>

图书基本信息

书名：<<心理健康教育讲课指南>>

13位ISBN编号：9787509404737

10位ISBN编号：7509404738

出版时间：2011-1

出版时间：蓝天出版社

作者：江作舟，刘平，彭云 主编

页数：396

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>

<<心理健康教育讲课指南>>

内容概要

江作舟，刘平，彭云编著的这本《心理健康教育讲课指南》按照“教育培训篇”“教育应用篇”“教育参考篇”三个模块，列出了涉及心理健康教育的26个方面的讲课提纲，为部队、院校开展心理健康教育提供借鉴和参考。

<<心理健康教育讲课指南>>

书籍目录

教育培训篇

第一讲 三尺讲台巧设计 课堂教育出效益

- 一、课堂教育设计的基本定位
- 二、引人入胜的课堂导入
- 三、精彩生动的课堂讲授
- 四、寓意隽永的课堂结尾

第二讲 拨开迷雾识心理 甘当官兵“贴心”人

- 一、心理学——漫长的过去、短暂的历程
- 二、了解心理学问题，掌握心理学知识
- 三、关注心理健康，当好基层官兵的“贴心”人

第三讲 未雨绸缪巧安排 组织严密疏导开

- 一、心理疏导的前期准备
- 二、心理疏导的组织实施
- 三、心理疏导的效果评估

第四讲 官兵心理特点明 正确评估做知音

- 一、基层官兵心理活动的特点
- 二、基层官兵心理发展变化的矛盾与冲突
- 三、基层官兵心理状态评估的主要方法

第五讲 德高为师作表率 行为示范当楷模

- 一、高尚的思想品德
- 二、全面的素质结构
- 三、优良的心理品质

第六讲 过河需要船和桥 教育得法效果好

- 一、说服劝导法
- 二、心理暗示法
- 三、合理宣泄法
- 四、放松调节法
- 五、环境感染法
- 六、自我教育法

教育应用篇

第七讲 军人心理品质坚 光荣本色驻心间

- 一、我军的阶级属性需要官兵具有坚定的政治信仰
- 二、艰苦的军事环境需要官兵具有过硬的意志品质
- 三、军队的特殊使命需要官兵具有健全的人格特征
- 四、严密的军事组织需要官兵具有强烈的集体意识

第八讲 强基固本德为先 立身正己重养成

- 一、革命军人品德的构成
- 二、影响官兵思想品德的心理因素
- 三、官兵品德培养的途径

第九讲 人非草木皆有情 健康向上怡心境

- 一、情绪概述
- 二、常见的负性情绪及其疏导
- 三、健康情绪的培养

第十讲 宝剑锋从磨砺出 卓越品质锤炼成

- 一、意志概述

<<心理健康教育讲课指南>>

二、常见的意志品质缺陷

三、良好意志品质的磨炼

第十一讲 性格万千如人面 悉心塑造方康健

一、性格概述

二、常见的性格缺陷

三、健全性格的塑造

第十二讲 气质不同各千秋 扬长抑短当培养

一、气质的内涵

二、基层官兵的气质差异

三、气质有差异，对待需理性

第十三讲 转化压力为动力 从容应对坦荡荡

一、压力的内涵

二、压力的作用

三、常见的压力事件

四、压力应对

第十四讲 适应问题常遇到 从容应对调适好

一、心理适应概述

二、常见的心理适应问题

三、适应问题的自我调适

第十五讲 自我意识当积极 适当调适不偏倚

一、自我意识的特点及作用

二、自我意识心理问题的具体表现

三、自我意识心理问题的适当调适

第十六讲 人际交往学问高 和谐关系靠创造

一、人际交往及其技巧规律

二、人际交往中常见的心理问题

三、构建良好的人际关系

第十七讲 网络是把双刃剑 趋利避害莫沉湎

一、基层官兵网络交往的心理需求

二、基层官兵在网络交往中存在的心理问题

三、基层官兵网络交往的心理调适

第十八讲 成长过程烦恼多 适当调适步步高

一、成长进步中心理问题的表现及原因

二、成长进步中心理问题的调适

第十九讲 解开性神秘面纱 消除性心理困扰

一、军人性心理的一般表现

二、军人常见的性心理问题

三、保持健康性心理一般方法

第二十讲 幸福婚恋心向往 正确指导不可少

一、爱情是什么

二、军人婚恋的特点

三、培养正确健康的婚恋心理

教育参考篇

第二十一讲 军营就是兵的家群体心理功能大

一、群体特征及其功能

二、群体心理

三、加强对官兵中非正式群体心理的引导

<<心理健康教育讲课指南>>

第二十二讲 犯罪心理需警惕 防患未然抓预防

- 一、犯罪和犯罪心理
- 二、军人犯罪的心理分析
- 三、军人犯罪心理的预防与转化

第二十三讲 军事训练过得硬 健康心理是保证

- 一、军人在军事训练中的主要心理特点
- 二、军人在军事训练中常见心理问题
- 三、军事训练中的心理健康教育

第二十四讲 作战心理强训练 战时才能打得赢

- 一、军人作战中的心理特点
- 二、高技术条件下战争对军人心理的影响
- 三、加强军人作战心理训练

第二十五讲 制胜于无形战场 “攻心战” 屈人之兵

- 一、信息化条件下心理战的特点
- 二、信息化条件下心理战对军人心理的影响
- 三、加强信息化条件下心理战训练

第二十六讲 “非战” 任务艰险难 心理服务紧跟上

- 一、非战争军事行动的特点
- 二、非战争军事行动中军人的心理问题
- 三、做好非战争军事行动中军人心理疏导

后记

<<心理健康教育讲课指南>>

章节摘录

版权页：作为基层管理干部，在平时教育训练中出于管理需要，习惯于“板着面孔讲话”，不苟言笑。

我们说，课堂教育固然是一项十分严肃的活动，但同时也是干部与官兵之间双方感情交流、传情达意的过程。

因此，在讲课时我们应学会用“心语”拨动官兵的心弦，以平易的态度缩短与官兵之间的距离。

同时，在课堂上应对官兵多鼓励、少贬斥，多诱导、少责难，把自己的情感融入课堂讲授当中，声情并茂，这样才能激发官兵的学习兴趣，使教学双方产生情感共鸣，达到理想的教育效果。

四、寓意隽永的课堂结尾俗话说：“编筐编篓，重在收口。”

”戏剧常常把高潮放在最后，唱歌爱在最后一句升调，百米跑讲究冲刺。

就课堂教育而言，结尾是一个推进器，它把听者纷繁的思绪整理清楚，把分散的知识集中起来，启发听者深思，鼓励官兵创新。

课堂教育设计的最后一个关键点就是课堂结尾的设计。

大凡成功的授课除了要有扣人心弦、引人入胜的开头，环环相扣、精彩生动的过程，还应有寓意隽永、余味无穷的结尾，如同一篇文章的结尾，“结局当如撞钟，清音有余”。

好的课堂结尾也自然是“余音绕耳，三日不绝。”

”既耐人寻味，又催人深思。

而仓促或平淡的课堂结尾则使人感觉“虎头蛇尾”和美中不足。

好的课堂结尾关键在于有一个好的结束语。

设计结束语时应力求做到：（一）简明扼要，高度浓缩结束语不在于多，而在于精彩。

课堂结尾时间一般只有三五分钟，这就要求结束语不能面面俱到，而要高度概括全课的精华，突出重点，做到提纲挈领，简明扼要，可用语言、文字、表格或图示将一堂课所讲授的主要内容、知识结构进行整理和归纳，真正起到画龙点睛的功效，使官兵在接受繁杂的内容中理出一条清晰的“主线”，留下对重要概念和重点知识的深刻印记。

<<心理健康教育讲课指南>>

编辑推荐

《心理健康教育讲课指南》：部队经常性教育讲课指导丛书

<<心理健康教育讲课指南>>

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>