

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

图书基本信息

书名：<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

13位ISBN编号：9787509408315

10位ISBN编号：7509408318

出版时间：2013-1

出版时间：蓝天出版社

作者：司家栋 编

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>

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

内容概要

《高中班级团体心理辅导主题方案》是一线心理教师在多年实践研究的基础上，对高中班级心理健康教育的总结与提炼。

全书从高中生的心理需要和心理特点出发，从自我意识、情绪情感、意志品质、学习辅导、人际交往、青春心理等6个方面提供了共计47个辅导方案，每个方案不仅有具体的设计原理、辅导目标、辅导准备，还有详尽的辅导过程和实施建议与说明，方便班主任及心理教师开展有针对性的班级心理辅导。

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

作者简介

司家栋，中学高级教师，全国民办中小学优秀校长，中国民办教育创新和发展贡献奖获得者。中国西部教育顾问，中国民办教育协会中小学专业委员会理事，山东省心理健康教育研究会理事，山东省高级中学协会理事。

研究专长：校本课程开发、员工培训、学校心理健康教育。

主持国家级课题两项、省级课题两项，发表论文多篇，出版专著五部。

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

书籍目录

第一篇自我意识篇 方案一自知者明 方案二我真的很不错 方案三“撕掉”消极标签 方案四做自己的主人 方案五我的偶像 方案六迈好高中第一步 方案七学会选择懂得放弃 方案八做最好的自己 第二篇情绪情感篇 方案九认识与表达情绪 方案十情绪调节术 方案十一理性调控消极情绪 方案十二做个快乐的高中生 方案十三怀有感恩的心 方案十四我爱我“家” 方案十五E网情深 方案十六温暖的班集体 第三篇意志品质篇 方案十七坚持就是胜利 方案十八压力让我更坚强 方案十九阳光总在风雨后 方案二十踏着“垫脚石”走向成功 方案二十一竞争意识与团队合作 方案二十二学会拒绝 方案二十三提升勇气挑战自我 方案二十四告别依赖走向自立 第四篇学习辅导篇 方案二十五我要学习 方案二十六咬定目标不放松 方案二十七提高学习兴趣 方案二十八增进学习感情 方案二十九善用学习方法 方案三十学习时间管理 方案三十一考试心理调控 方案三十二职业方向与高考志愿 第五篇人际交往篇 方案三十三学会沟通 方案三十四倾听与表达 方案三十五接纳与欣赏 方案三十六信任与支持 方案三十七认识新同学 方案三十八朋友多路好走 方案三十九师生交往 方案四十亲子真情 第六篇青春发育篇 方案四十一为我的性别自豪 方案四十二完善异性人缘 方案四十三与异性同学正常交往 方案四十四花开应有时 方案四十五珍惜现在拥抱未来 方案四十六让生命绽放光彩 方案四十七抵制不良诱惑 参考文献 后记

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

章节摘录

版权页：插图：辅导准备 1.教师事先准备几个典型的有教育意义的小故事，以备辅导中穿插使用。
2.视频《卖拐》小品片断，制作“爱画画的中学生的故事”、正强化“滋补处方”课件，制作消极标签四块牌：生理、心理、学业、特长。

辅导过程 一、观看小品《卖拐》片断，引出主题 1.教师导语：今天来看一个非常熟悉、非常精彩的小品，这个小品中隐含了一个常见的心理现象，这个小品就是赵本山和范伟演的《卖拐》。

2.助教播放视频《卖拐》其中一个片断，学生认真观看。

3.教师提出问题：好，小品就看到这里，那么我现在要问大家两个问题。

范伟原先认为自己的腿是瘸的吗？

为什么后来他真的觉得自己的腿是瘸了呢？

并鼓励学生自由发言。

4.教师导语：其实，《卖拐》是典型的心理暗示的体现，今天我们就一起来探讨心理暗示的话题。

现实生活中到处都有心理暗示的存在，同学们可以举出一些例子来吗？

5.鼓励学生自由发言。

通过举例了解什么是心理暗示，以及心理暗示有什么作用？

6.教师总结心理暗示的种类：积极的暗示，如“我自信”、“我勇敢”、“我积极进取”等；消极的暗示，如“我自卑”、“我胆小”、“我害羞”、“我不行”等。

二、认识消极自我暗示的危害 1.教师导语：经常可以听到同学们这样说：“我胆子太小，我不行”、“我不善于言谈”、“我很容易紧张”、“我过于谨慎”、“我太粗心”、“我很多愁善感”……这些自我否定的、贬义的描述性词语，就像“标签”一样贴在自己身上。

如果使用不当或过度地使用，就会给我们带来损害，有碍于个人的身心发展。

那么，这些消极自我标签会给我们带来什么呢？

2.请看“爱画画的中学生的故事”。

助教课件展示：“爱画画的中学生的故事”。

有一个中学生小A很爱画画，但有一天老师说他画得不好，没有画画的天赋，于是他对自己没有了信心，放弃了画画。

别人问他为什么，他说：“我画得不好”，后来，再有人问他，他就说：“我向来就画不好”。

3.教师导语：你有过类似经历吗？

请勇敢地讲出来与大家一起分享好吗？

4.组织学生先以小组为单位交流分享，然后每个小组选出一个典型案例在全班交流分享。

鼓励学生讲出自己因用消极自我暗示导致自卑的个人经历。

5.教师导语：关于消极自我暗示的危害，请大家做一个选择题，只能选一个最确切的答案。

助教课件展示：A.使人不能恰当评价自己；B.使人失去自信；C.使人自卑；D.使人不敢再次尝试；E.上面几项都是。

学生争抢说出答案。

6.教师小结：消极暗示害人不浅，我们要设法抛弃它、“撕掉”它。

<<高中班级团体心理辅导主题方案>>

编辑推荐

《高中班级团体心理辅导主题方案》中涉及的辅导内容都以生动有趣的活动为载体，适合学生身心发展特点，学生易于接受，参与热情高。

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>