

图书基本信息

书名：<<积极心理学取向的班级辅导培训手册>>

13位ISBN编号：9787544429467

10位ISBN编号：7544429466

出版时间：2010-6

出版时间：上海教育

作者：倪京凤

页数：223

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>

## 前言

人之初，性本善。

这是中国古代的哲学思想。

我心即佛心，佛心常清静。

人人皆有成佛的可能，这是中国人自大唐以来创立的禅学主题思想。

以上两个命题就包含积极心理学的思想内涵，成为中华民族闪耀人文主义光彩而极为宝贵的精神财富。

积极心理学是20世纪末在国际上兴起的一种心理学思潮，目标就是要使人的潜力——如“善”、“佛心”等——得到充分发挥，同时也能感受到充分的幸福。

它打破了传统心理辅导和教育矫治只关注“问题”或“障碍”的消极模式，在心理健康、德育和人才培养等领域具有革命性意义，也符合东方的人文关怀思想。

说到“关爱”、“诚信”、“勇气”、“智慧”、“正直”、“诚恳”、“感恩”和“宽容”等积极人格品质，我们并不会感到陌生。

这些美好的品质，从古至今都存在于东西方的哲学、教育学、伦理学和文学艺术等各类作品中，也是人类弘扬和称颂的精神力量。

而对这些美好的品质从心理学上进行系统的实证研究，正是始于积极心理学思潮。

积极心理学对学校心理学、教育学和辅导活动等产生了深远影响。

其研究领域主要包括以下三个方面：（1）关注学校教育活动中师生的主观层次的积极体验，包括幸福感、满足、希望和乐观主义等。

（2）关注积极的人格特质培养，包括儿童青少年的美感、智慧和才能、创造力、人际交往、正义感和勇气等特质的培养。

（3）建立积极的学校组织系统环境，即为下一代的健康成长提供一个良好的支持系统和生态环境，在这种环境里培养儿童青少年的公民美德、责任感、职业道德感等。

## 内容概要

《积极心理学取向的班级：辅导培训手册》将科学性、教育性、人文性和实践操作技术熔于一炉，体现了积极心理学取向的学校心理健康教育与班级辅导的研究特色。

“教师培训篇”关注教师自身教育理念的树立，教师健康心理的形成，以及班级管理方法的更新等，给一线教育工作者带来全新的视角。

“班级活动篇”具有实用性和操作性，“巧手支招”和“教海拾贝”可以帮助教师拓宽视野，在班级管理工作中得心应手。

“同伴互助篇”中的故事和教育报告短小精悍，生动活泼，可读性强，可以启迪教育工作者的思想火花。

“个案集锦篇”展示诸多宝贵的教学经验，可以帮助教师进行更深入的思考。

积极心理学取向的学校心理健康教育和班级辅导充满了生机和活力，许多闪光的东西存在于我们鲜活的日常教育生活中，只要我们用心去关注，努力去挖掘，就一定会出现像《积极心理学取向的班级：辅导培训手册》一样更多的教育成果。

## 书籍目录

采一抹阳光——积极心理学取向的班级辅导教师培训篇播下"积极"的种子——积极心理学让我聆听你的声音——师生沟通合作无极限——同伴沟通做孩子心路的伴行者——亲子沟通架起双赢的桥梁——亲师沟通掌控自己的"晴雨表"——情绪调控有弹性才能有发展——应对挫折让教师的心里充满阳光——积极心态"晕轮效应"的启示——有效评价班级活动篇镜里镜外的我——认识自己色彩斑斓的我——悦纳自己打开你的心结——培养自信交往直通车——同伴合作解开心灵的方程式——沟通技巧父爱如山,母爱如水——亲子交往心灵的纽带——学会感恩择其善者而从之——美在修养不以规矩,不成方圆——培养习惯练就宽厚的肩膀——承担责任做快乐的传播员——情绪调控走一步,再走一步——直面挫折做自己的探索者——潜力开发舒展梦想的羽翼——放飞理想战胜自己就是英雄——考前辅导我的人生我做主——生涯规划站在十八岁的起点上——未来设计同伴互助篇运动会的风波——促合作考试之前——扬自信改选班委——担责任长假回来——建自制父母离婚之后——铸坚强迟到的"二十元"——立诚信紫罗兰的花瓣——怀宽容被遗弃的小猫——育爱心个案集锦篇一张选票的分量找回失去的笑容优等生的"贵族病"流水无声,化石无痕特别的爱,给特别的人一颗"不定时炸弹"一片冰心在玉壶亦师亦友入其心抱抱不哭的孩子心中的大石头孩子,请自信地昂起头道是无情胜有情爸爸终于同意啦孩子,伸出你的手女生"冷暴力"的背后沉静如秋水,怒发似烽火我的选择我的路我的人生我当家后记

## 章节摘录

班主任是学校开展心理健康教育的主力军，但在过去的多年中，他们虽然在多方面进行了努力，但平时工作的繁忙和缺少相应的辅导技能使得他们未能发挥应有的作用。

对班主任的调查显示，至今还有46.1%的班主任认为班级开展心理辅导“缺少时间与精力”，27.3%觉得“学生问题很复杂”，23.4%认为“缺乏相应的知识与技能”。

面对这样的现状，我们提出以积极心理学取向的班级辅导来引领班主任的学生心理辅导工作，从而提高辅导的有效性。

积极心理学提倡以一种开放和欣赏的眼光看待每一个人，强调重点研究每一个普通人具有的积极力量

。这些正是“二期课改”倡导的教育理念，将积极心理学的理论引入学校教育特别是班级辅导，会对学生健康心理的培养有益。

积极心理学取向的班级辅导是以积极心理学为理论指导，关注的对象是班级全体学生和与班级学生相关的全体教师，关注的目标是创设班级和谐、温馨的氛围，包括生生关系、师生关系、师师关系，寻找班级生长点，培养学生个体层面和集体层面的积极人格。

学生个体层面的积极人格是指增强学生心理免疫力，提高学生的自信心、责任感、抗挫力与自我悦纳程度，发挥多元智能优势，激发学生的潜能，使学生产生幸福感。

学生集体层面的积极人格是指增强班级学生团队合作、自我管理的能力，建立温暖、快乐、向上的班集体，使班级学生产生归属感。

## 后记

上海市教育科学规划项目市级课题“积极心理学取向的班级辅导”的研究，从理念到方法、从内容到形式都更新了以往的心理辅导模式。

积极心理学取向的班级辅导是致力于对全体正常学生潜能和积极心理品质的，发掘，强调从正面、从全体来界定、研究与辅导班级学生，为学校拓展新的研究领域。

该研究将积极心理学有效地运用到班级辅导中，进行新型的班级辅导研究、探索与实践，能有效地推进学校心理健康教育发展，为更多学生提供心灵的帮助。

“积极心理学取向的班级辅导”的课题研究在华东师范大学徐光兴教授和上海市教育科学研究院普通教育研究所吴增强教授的指导下，课题组成员经过两年多的研究与实践，探究出一套构建班级心理辅导的新模式，明确了开展积极心理学取向的班级辅导的原则、内容、操作步骤及流程和实施途径，为班级心理辅导活动的开展积累了宝贵的经验。

现将这些研究成果汇集成《积极心理学取向的班级辅导培训手册》，为学校心理健康教育工作的开展做出了大胆而创新的尝试。

《积极心理学取向的班级辅导培训手册》由“教师培训篇”、“班级活动篇”、“同伴互助篇”、“个案集锦篇”四部分组成。

既有理论研究的阐述，又有操作实践的指导，不仅为教师构建教育理念和提升心理辅导技巧，更是在班级氛围的创设和同伴互助方面提供7有效的辅导策略与方法，使学生在健康、温馨的氛围中获得归属感和幸福感。

编辑推荐

《积极心理学取向的班级辅导培训手册》由上海教育出版社出版。

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>