

<<学生的心结要你解>>

图书基本信息

书名：<<学生的心结要你解>>

13位ISBN编号：9787560262574

10位ISBN编号：7560262570

出版时间：2010-6

出版时间：刘素梅 东北师范大学出版社 (2010-06出版)

作者：刘素梅 编

页数：248

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>

## <<学生的心结要你解>>

### 内容概要

随着中小學生生理和心理的发育和发展, 社会阅历的扩展和思维方式的变化. 他们的心理健康越来越得到各界人士的广泛关注。

如今社会竞争日益激烈。

学生在学习、生活、人际交往、自我意识等诸多方面都会遇到各种各样的心理困惑和问题。

《学生的心结要你解：教师如何提高学生的心理健康水平》联系实际，密切结合案例，针对学生中存在的常见心理问题进行剖析. 理论联系实际。

提出行之有效的解决策略. 具有很强的针对性和代表性，是一本不可多得的心理健康教育参考书。

## <<学生的心结要你解>>

### 书籍目录

第一章 心理健康相关概念阐述第一节 心理健康的正确认识第二节 学生心理辅导的正确认识第三节 学生心理辅导现状及未来规划第二章 解开意志上的心结第一节 学生意志及其辅导第二节 由意志产生的心理问题第三节 挫折心理辅导第三章 解开情绪上的心结第一节 学生情绪及其辅导第二节 由情绪产生的心理问题第三节 考试焦虑的心理辅导第四章 解开人际交往上的心结第一节 学生人际交往及其辅导第二节 由人际交往产生的心理问题第三节 青春期的心理辅导第五章 解开生活习惯上的心结第一节 学生生活习惯及其辅导第二节 学生不良生活习惯的心理辅导第三节 不良语言行为的心理辅导第六章 解开学习上的心结第一节 学习过程中的心理问题第二节 课堂行为的心理问题第三节 学生学习的心理辅导第七章 解开特殊学生的心结第一节 器官缺陷的学生第二节 品德不良的学生第三节 资质优异的学生

## <<学生的心结要你解>>

### 章节摘录

版权页：2.情绪反应适度情绪反应适度就是要保持健康而稳定的情绪，心胸开阔、乐观、热情、有朝气、耐受挫能力强，能自我约束、自我修正、自我监督，能克服困难，成功而有效地应对日常生活中的各种紧张状态。

一般来说，情绪反应异常往往是心理疾病的先兆。

3.自我意识正确自我意识正确通常表现为能正确地认识自我、评价自我、体验自我、控制自我、激励自我、教育自我，做到自知、自尊、自重、自强与自信。

正确的自我观念是心理健康的重要基础，因为二-一个人只有正确的认识自己，他的行为举止才能得体，对学习和工作才能适应，才能努力的发展自己，主动地进行自我修养、自我教育。

相反，如果自我观念不正确，就可能狂妄自大，过高地估计自己，去做力所不能及的事，做不好就责怪环境，或者把过失推诿给他人；也可能妄自菲薄，把自己看得一无是处，从而形成严重的自卑心理，不能心地坦然地学习、工作和生活。

4.意志品质健全意志是自觉地确定目的，并根据目的来支配和调节自己的行动、克服困难的心理过程。

意志品质健全表现在意志行动的自觉性、果断性和顽强性上。

心理健康的人在活动中具有明确的目的性，能适时做出决定而且自觉的去执行，还能保持长时间专注的行动去实现既定目标。

而意志不健全的人则挫折容忍力差，怕困难，做事三心二意，注意力不集中，缺乏自控力。

## <<学生的心结要你解>>

### 编辑推荐

《学生的心结要你解:教师如何提高学生的心理健康水平》：教师是流动的清泉，拂去学生心灵的尘埃；教师是美妙的乐曲，让学生感受更多生命的美好；教师是冬日里的暖阳，用自己的温暖照耀着学生。心理的健康是最强大的健康，是战胜一切的利器。

<<学生的心结要你解>>

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>