

<<中小学心理健康教育手册>>

图书基本信息

书名：<<中小学心理健康教育手册>>

13位ISBN编号：9787806835722

10位ISBN编号：7806835725

出版时间：2007-10

出版时间：文心出版社

作者：河南省基础教育教学研究室

页数：485

字数：400000

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>

## <<中小学心理健康教育手册>>

### 内容概要

本书以教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为依据，以广大中小学教师、学生的需求为核心，以心理健康教育标准为主线。

以培养学生健全的心理素质为目标，结合学生常见的心理与行为问题，介绍了心理健康的各个方面，如认识自我、自信心、性格、交往能力、情绪调控能力、社会适应能力和挫折承受力等与心理健康的关系，对心理健康对生活、学习、工作有何影响，心理健康如何保持和维护，近年来学生常见的心理问题与解决对策等作了详细的介绍。

拥有这本书，有助于教师和学生了解自己，提升自己，维护自己的心理健康。

这本书的编写充分考虑到广大一线教师的实际需要，理论知识丰富，可操作性强。

阅读本书的教师，不仅能懂得基本的心理健康知识，还有助于自己的专业成长。

同时在教育教学中，能够把心理健康教育的知识言传身教给学生，掌握预防或矫正学生常见的普遍心理与行为问题的方法与对策，特别是对教师在教育教学中实施素质教育，培养学生良好的心理素质具有直接助益。

## <<中小学心理健康教育手册>>

### 书籍目录

第一章 做心理健康的人 一、心理健康概述 二、心理健康的判别依据 三、心理健康的标准 四、做个心理健康的人 五、哲理故事 六、心理健康测试第二章 自我意识与心理健康 一、自我意识概述 二、学生自我意识的特点 三、自我意识与心理健康 四、如何完善自我意识 五、哲理故事 六、自我意识检测第三章 自信与心理健康 一、什么是自信 二、学生常见的问题 三、如何培养自信心 四、哲理故事 五、心理测试第四章 人格与心理健康 一、气质与心理健康 二、性格与心理健康 三、学生常见的性格弱点及调节 四、学生应具备的好性格及培养 五、哲理故事 六、心理测试第五章 人际交往与心理健康 一、人际交往的意义 二、师生交往的基本原则 三、学生交往中常见的问题 四、如何建立良好的人际关系 五、哲理故事 六、人际交往能力测试第六章 异性交往与心理健康 一、异性交往的意义 二、影响两性交往的原因 三、异性交往中常见的问题 四、如何进行异性交往教育 五、哲理故事 六、心理测试第七章 师生关系与心理健康第八章 亲子关系与心理健康第九章 情绪调控与心理健康第十章 挫折与心理健康第十一章 演习与心理健康第十二章 考试焦虑与心理健康第十三章 适应能力与心理健康第十四章 青春期心理与心理健康第十五章 网络与心理健康第十六章 追星与心理健康第十七章 竞争与心理健康第十八章 学生常的心理与行为问题第十九章 学生常见的心理障碍第二十章 高考学生的心理困惑与调适参考文献

<<中小学心理健康教育手册>>

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>