第一图书网, tushu007.com

<<初中心理教育指导>>

图书基本信息

书名：<<初中心理教育指导>>

13位ISBN编号：9787810477406

10位ISBN编号：7810477404

出版时间：2002-8

出版时间：南京师范大学出版社

作者：郭亨杰 主编

页数：489

字数：411000

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

与大文学家雨果的诗句意思相近，魏书生老师有两句同样精彩的哲理诗句：“处天外遥望地球很小，居体内细察心域极宽。”我们老师，特别是心理教育的老师，是在广阔的心灵世界中播种耕耘的，是可以大有作为的，是责任重大的，是很神圣的，也是很愉快、很幸福的。

作为心灵世界的耕耘者，不仅要热爱学生，热爱自己的工作，更要关怀学生的精神世界，关怀学生精神生活的质量和精神的成长与发展，成为学生的精神关怀者。

学生的心理世界是极广阔的，实施心理教育的途径、方式也是多种多样的。一切的教育教学活动，都是进行心理教育的载体；专门的心理教育课则是其中的一种方式。但是要把心理教育融入各种教育教学中，并艺术地运用这些方式，就需要对心理教育问题，包括心理教育的意蕴、原理和方法等，有较深的理解、领会。这是需要很好地学习和探索的。下面我们就从探讨心理教育理念和心理教育教材、教法问题开始谈起。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书是南京师范大学教育科学学院博士生导师班华教授等主编的《心理教育》教材(初中部分)的教学参考书，内容涵盖了初中各个年级。
全书不仅从总体上对初中心理教育专门课程的有关理论问题和方法技术作了较系统的论述，而且对每一课的课程设计作了较明确的说明。
　本教材的编写目的就是把老师们的经验、同学们的体验以及作者的感悟整合起来，形成一个有机的整体。
力图使教材可以给从事心理健康教育工作的老师们贡献点滴心理活动课的设计思想，以及与学生互动时的方法和理念；也能够为正行走在青春期曲折道理上的中学生们当一个好向导，给他们帮助、扶持和引导，使他们尽量少走错路、不摔跟头。
全书不仅从总体上对初中心理教育专门课程的有关理论问题和方法技术作了较系统的论述，而且对每一课的课程设计作了较明确的说明。

<<初中心理教育指导>>

书籍目录

总序初中心理教育概述心理教育活动设计初中一年级·上学期 第一课：第一次握手--认识新同学 第二课：生活中的玫瑰--欣赏与赞美 第三课：让人笑还是让人跳--听与说的艺术 第四课：胜任学习--学习习惯的培养 第五课：享受学习--学习态度的优化 第六课：愉快学习--学习兴趣的激发 第七课：多彩的世界--情绪的认识 第八课：真情的流露--情绪的表达 第九课：扬起生活之帆--困难的面对 第十课：需要万花筒--认识的需要 第十一课：揭开庐山真面目--认识你自己 第十二课：做自己的朋友--悦纳你自己心理教育活动设计 初中一年级·下学期 第一课：心中的秘密向谁说--如何与父母沟通 第二课：请让我来帮助你--交友门诊部 第三课：人见人爱的你--拥有好人缘 第四课：有序学习--学习计划的制定 第五课：高效学习--学习能力的培养 第六课：驱散心中的阴影--情绪的调适(一) 第七课：快乐的天使--情绪的调适(二) 第八课：明天会更好--目标的制定 第九课：做-个坚强的人--坚持性的锻炼 第十课：种好自己的责任田--责任心的培养 第十一课：世上没有两片相同的树叶--了解性格 第十二课：播种性格收获人生--性格的自我设计心理教育活动设计初中二年级·上学期 第一课：交往解密--人际交往的功能、原则及影响因素 第二课：交往窍门--人际交往技巧的训练 第三课：我爱我家--重塑亲子关系 第四课：走近老师--初中生良好师生关系的建立 第五课：朋友一生一起走--初中生的同伴交往 第六课：我与网友们--初中生网络交往的引导 第七课：学会和陌生人说话--初中生自护训练 第八课：时间管理--初中生学习计划的制定 第九课：轻松学习--初中生学习策略的训练 第十课：做自己的主人--初中生自主性品质的培养 第十一课：抵抗诱惑--初中生自制力的磨练 第十二课：善待挫折--初中生耐挫力的锻炼心理教育活动设计初中二年级·下学期 第一课：揭开记忆的面纱--提高记忆力 第二课：展开想象的翅膀--发展想象力 第三课：交际点金术--交际技巧 第四课：不做含羞草--战胜羞怯 第五课：友谊天长地久--朋友交往 第六课：我爱我家--亲情感悟 第七课：融融师生情--师生沟通 第八课：尽显气质美--把握气质 第九课：漂亮一百分--内在美与外在美 第十课：莫让青春撞弯了腰--青春期性知识 第十一课：青春做伴--异性交往 第十二课：青春坐标--关于早恋心理教育活动设计初中三年级·上学期 第一课：方法得当效率高--提高学习效率 第二课：博采众家勤读书--读万家书 第三课：让心灵轻快地飞翔--减压 第四课：当"红灯"亮起之时--制怒 第五课：增强生命的弹力--耐挫 第六课：该出手时就出手--果断性品质 第七课：莫在两山间徘徊--决策果断 第八课：当机立断莫犹豫--行为果断 第九课：享受家庭的乐趣--我爱我家 第十课：做家庭生活的创造者--学会与父母沟通 第十一课：世纪的色彩--做个有教养的现代人 第十二课：心中永远的太阳--理想和目标心理教育活动设计·初中三年级·下学期 第一课：解读大脑的秘密(一)--行为的精灵 第二课：解读大脑的秘密(二)--用"脑"学习 第三课：解读大脑的秘密(三)--学习风格 第四课：从容自如才是智(一)--认识考试焦虑 第五课：从容自如才是智(二)--应对考试焦虑主要参考资料后记

章节摘录

譬如我们看见幼儿被弃无依无靠而不禁同情，是因为我们看见他的孤苦，更由直接知觉结合种种观念，推测到其他凄苦情况。
所以知识缺乏的人，他的情绪也较为迟钝。
例如幼小儿童，面临极危险之境地依然嬉戏，而丝毫不知惧怕就是这个原因。
情绪是怎么发生的？
人在日常生活中所表现的愤怒、悲哀、快乐、惧怕、嫉妒、忧愁……等等都是情绪。
情绪的发生是由于我们能满足欲望或达成的结果，满足了一种欲望或达成了某种目标，则产生积极的情绪，如参加比赛得奖，则喜悦、快乐等。
如果未能满足一种欲望或达成某种目标，则产生消极的情绪，如考试失败，则沮丧、悲哀等。
又如登山或探险成功、饥饿得食、工作完成、向父母要零用钱能如数给予……等等，都是满足了一种欲望或达成了某种目的，必然产生积极的情绪，那就是喜悦、快乐，否则就会产生消极的情绪，如愤怒、悲伤、惧怕等等。
最易发生的情绪表现。
1.喜：当受到别人赞许时，或听见一个好消息，或遇见多年不见的老同学、老朋友都会表现出喜悦之情。
2.怒：做功课受到别人打扰、同学讥讽、兄弟姐妹或同学欺负、受到冤枉或委屈时……等等，都很容易产生发怒的情绪。
3.哀：看见孤苦无依的人，就会产生怜悯之心；听到亲友发生重大意外时，必为之伤痛；看见人家有丧事，必有哀悼之情……等等皆是。
4.乐：参加竞赛得奖，成绩名列前茅，帮助他人解决困难，与好友、同学或家人去郊游……等等，都会产生快乐的情绪。
5.爱：得到父母兄长的爱护，与兄弟姐妹友爱、与同学或朋友和谐相处，互相敬重爱护……等等，都是爱的情绪表现。
6.恶：看见脏乱之情，见不守秩序、不守规矩的人，闻到臭味时，见无故干扰他人或欺侮弱小……等等，都会产生厌恶的情绪。

第一图书网, tushu007.com

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