

<<心灵方舟>>

图书基本信息

书名：<<心灵方舟>>

13位ISBN编号：9787810799034

10位ISBN编号：7810799037

出版时间：2007-8

出版时间：暨南大学出版社

作者：凌燕华 编,李曦研 编

页数：186

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>

## <<心灵方舟>>

### 内容概要

本课程的教学目的不在于让学生掌握心理学的概念，而是希望通过教师的引导和学生的参与帮助学生学会处理成长中所遇到的问题，提高学生的社会适应能力，帮助学生培养健康的心理和健全的人格。每个课题由“放松活动”“创设情境”“心灵互动”“我的领悟”“我的练习”“阅读参考”六个部分组成。

“放松活动”通过一些轻松的游戏使学生减少心理上的防御，打开心扉投入到心理健康课的学习中去；“创设情境”通过与主题相关的游戏、测试或展示、表演来创设情境，引出主题；“心灵互动”由教师引导学生根据前面创设的情境进行讨论和交流；“我的领悟”则由教师帮助学生心灵互动作出总结，并向学生提供必要的理论知识；“我的练习”通过一个活动或一项训练强化主题，对学生已有的心灵感悟进行巩固；最后的“阅读参考”包括具有哲理的故事和与主题相关的理论知识，教师可根据学生的实际情况选择并指导其阅读。

<<心灵方舟>>

书籍目录

前言第一单元 认识心理健康第二单元 成长中的我 第一课 我是怎样的人 第二课 接受我自己 第三课 建立自信心第三单元 学会与人相处 第四课 同学交往 第五课 师生关系 第六课 亲子关系第四单元 青春无悔 第七课 直面性话题 第八课 让爱等候第五单元 做情绪的主人 第九课 认识情绪 第十课 管理情绪第六单元 重新认识学习 第十一课 学习,我能行 第十二课 学会学习第七单元 适应社会 第十三课 勇敢面对挫折 第十四课 培养责任感 第十五课 承受压力 第十六课 增强团队意识第八单元 面对未来 第十七课 自我定位 第十八课 对未来的选择 第十九课 推销自己

<<心灵方舟>>

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>