

<<青春期教育>>

图书基本信息

书名：<<青春期教育>>

13位ISBN编号：9787810927505

10位ISBN编号：7810927507

出版时间：2012-09-01

出版时间：关月玲 西北农林科技大学出版社 (2012-09出版)

作者：关月玲 著

页数：154

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>

<<青春期教育>>

内容概要

父母是孩子一生中最重要的老师，家庭教育的好与坏，往往会影响孩子的一生，而青春期孩子的教育就显得尤其重要。

《健康教育书系：青春期教育》是一本关于了解青春 期、青春期的学校教育、青春期孩子的自我调节等内容的教育科普图书。

<<青春期教育>>

书籍目录

第一章 了解青春期 第一节 什么是青春期 一、青春期定义 二、青春期年龄划分 三、青春期在人生中的意义 第二节 青春期孩子的变化 一、身体外形变化和生理功能健全 二、青春期孩子心理成长与矛盾 第三节 青春期孩子的特点 一、青春期孩子的良好心理特点 二、青春期孩子的不良心理特点 第四节 青春期教育 一、青春期教育的定义 二、青春期教育的目的与内容 三、性价值观 四、以家庭教育为主 第五节 青春期教育的意义 一、心理特点对青春期孩子的影响 二、正确引导青春期孩子的意义 三、青春期心理健康的七个方面 四、青少年心理健康的标志

第二章 青春期孩子的家庭教育 第一节 青春期易出现的问题 一、男孩 二、女孩 第二节 青春期问题对青少年生活的影响 一、与父母关系紧张 二、情绪易变 三、人际交往出现问题 第三节 家长如何教育青春期孩子 一、注重性格发展 二、注重心理健康 三、注重孩子的生理变化 四、正确对待孩子的叛逆心理 五、正确对待孩子的早恋 六、关于孩子的物质教育 七、家长教育孩子的“十要”与“十不要”

第三章 青春期的学校教育 第一节 学校教育 一、学校教育的目的 二、学校教育特点 三、学校教育易出现的问题 第二节 青春期学生心理表现 一、青少年心理健全的标准 二、青少年心理状况表现 三、青少年心理问题的表现 第三节 青少年价值观现状 一、重个人利益，轻国家集体利益 二、重金钱实惠，轻理想信念 三、重专业知识，轻道德品质 四、重安逸享乐，轻艰苦奋斗 五、重索取功利，轻奉献责任 第四节 学校关于青少年教育的对策 一、青少年教育的方法 二、加强青少年价值观教育 三、加强青少年心理教育 四、正确应对学生打架 五、预防青少年犯罪

第四章 青春期孩子的自我调节 第一节 了解自己的身体 一、运动系统 二、心血管系统 三、呼吸系统 四、消化系统 五、泌尿系统 六、神经系统 七、感觉系统 八、内分泌系统 九、生殖系统 十、免疫系统 第二节 了解自己的心理 一、心理的概念 二、心理健康 第三节 注重个人生活卫生 一、良好的生活习惯 二、科学的营养饮食 三、远离酒精危害 四、远离烟草危害 五、正确利用网络，远离网络危害 六、体育运动，为健康打基础 七、注重个人生理卫生 第四节 注重个人心理健康 一、正确认识自己，自尊自爱 二、正视现实，勇于解决问题 三、乐于交往，保持和谐的人际关系 四、情绪稳定，性格开朗 五、增强耐挫折能力 六、与异性正确交往

<<青春期教育>>

章节摘录

一、青春期孩子的良好心理特点 (一)独立意识增强 随着年龄的增长,青少年与社会的交往、接触越来越广泛,他们渴望独立的愿望也日益变得强烈。

家长和老师应针对青少年独立意向的发展,尊重他们正确的意见,有事同他们商量,逐渐给他们更多的独立权利,同时也对他们提出更高的要求,帮助他们正确地发展其独立性,培养他们的独立能力。

(二)好奇心及模仿性增强 这种心理状态使青少年很容易受别人影响,应该把对青少年的担忧变成了了解、理解和关心,培养和发扬青少年的优点,如思维敏捷、对新生事物敏感、勇敢、热情、有朝气、积极向上等。

家长和老师要帮助他们树立远大的理想,培植健康的心理状态,使他们身心健康发展,帮助他们顺利度过青春发育期。

(三)群体观念更加密切 青少年常感到在群体当中有一种安全感。

他们的言行、爱好、衣着打扮都互相影响,信任伙伴胜过信任家长和老师,他们互相倾吐内心的秘密和苦恼。

父母和老师应关心他们交朋友的情况,并敏锐地发现问题,及时进行疏导。

二、青春期孩子的不良心理特点 青少年时期是身心健康趋于定型的时期,是走向成年的过渡阶段,亦是性意识萌发和发展的时期,属于身体的成熟与心理的未成熟的矛盾期。

他们的心理发展和生理发育往往不同步,具有半成熟、半幼稚的特点。

因而,在他们心理素质发展的关键阶段,容易产生心理失误,甚至心理滑坡,应该引起全社会的重视。

(一)好奇、好胜、片面的虚荣心理 随着生理上的发育和社会接触面的扩大,青少年自尊心亦与日俱增。

然而,这种自尊容易被追求虚荣所扭曲。

例如用片面的虚荣去满足自己某种好奇、好胜及自我表现的心理欲望。

近些年来,青少年吸烟、喝酒的人数呈上升趋势,主要原因是好奇心所驱使,使自己像个大人,容易交到朋友,更显得轻松、潇洒、大方,还有好胜和所谓的“心理叛逆性(亦称逆反心理)”。

有的女孩子过分追求穿戴打扮,未走上社会就强调高消费,这种不良心理若任其发展,就有可能走入歧途。

(二)精神生活的不满心理 有此心理者以农村和边远地区的青少年为多。

他们认为自己的现实生活与书本、影视中的生活方式差距甚大,文化生活内容贫乏,或是被日益沉重的学习负担压得喘不过气来,无暇享受文化生活的乐趣等等。

枯燥而单调的生活满足不了他们对精神文化的需求,产生不满或厌倦心理。

为了充实自己的精神生活,他们就会“饥不择食”地盲目去社会上寻求精神刺激和所谓欢乐。

P10-11

<<青春期教育>>

编辑推荐

《青春期教育》由关月玲编著，青春期期间，青少年的情感由原来对亲人的挚爱之情，拓展到对同学、老师、明星、科学家和领袖人物的崇敬和追随，由自爱到爱集体、爱家乡、爱人民、爱祖国、爱整个人类；也就是说，青少年的情感充分地体现了社会性；此时。他们的道德观也发生了变化，对成功人士、名人崇拜得五体投地，对坏人坏事疾恶如仇，他们追求公平公正，一旦发现某人有私心杂念，他们就会嗤之以鼻，就因为他们在现实生活中无法妥协和容纳不同意见人与事，所以很容易受到伤害。

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>