

心理健康教育



[心理健康教育_下载链接1](#)

著者:俞国良 编

出版者:

出版时间:2005-6

装帧:

isbn:9787040168402

《心理健康教育(学生用书)》是教育部职业教育与成人教育司推荐教材。根据教育部2004年颁发的《中等职业学校学生心理健康教育指导纲要》的要求编写，面向中职生进行心理健康教育的教材和自学读本。

中职生的心理健康教育引起了教育行政部门、家长、学生及社会各方面的高度关注，他们在选择专业、学习、生活、就业和青春期成长等方面的心理行为问题亟须指导。教材由知识篇（心理健康与我）；成长篇（悦纳自我、成长的烦恼）；生活篇（同伴、师生关系中的我，家庭、社会中的我）；学习篇（适应新的学习环境、学会学习）；求职就业篇（认识职业、职业的心理准备、职业选择与创业）等组成。全书内容科学，结构合理，编排新颖，特别是栏目设置富有特色，如：心灵聚焦、心海导航、青春对对碰、成长工作坊、拓展性训练、名家名言等栏目的设置，增加了学生的学习兴趣。

《心理健康教育(学生用书)》适合中等职业学校各专业学生使用。

作者介绍:

目录: 知识篇

心理健康与我

主题1 心理健康的概念与标准

主题2 中职生心理发展特点

主题3 心理健康教育与我们的成长

主题4 中职生自我心理调适方法

成长篇

悦纳自我

主题5 我能赢

主题6 理想与现实之间

主题7 真我风采

主题8 直面困难与挫折

成长的烦恼

主题9 青春期的秘密

主题10 敏感性的话题

主题11 做情绪的主人

主题12 向快乐出发

生活篇

同伴、师生关系中的我

主题13 我爱我的同学

主题14 花季少种相思树

主题15 老师，为我成长导航

主题16 暴力，让青春失色

家庭、社会中的我

主题17 跨越“代沟”

主题18 偶像崇拜面面观

主题19 拒绝不良诱惑

主题20 学会感恩

学习篇

适应新的学习环境

主题21 学习，我能行

主题22 学习新概念

主题23 学习兴趣和动机

主题24 积极应对学习压力

学会学习

主题25 学习能力大盘点

主题26 学习方法和策略

主题27 在实践中学习

主题28 轻松自如话考试

求职就业篇

认识职业

主题29 职业与我

主题30 职业生涯

主题31 寻找自己的舞台

主题32 我选择我喜欢

职业的心理准备

主题33 提高职业能力

主题34 有规矩才成方圆

主题35 学会公平竞争

主题36 面试的心理准备

职业选择与创业

主题37 升学与就业

主题38 职场挫折铸辉煌

主题39 创业需要拼搏

主题40 创新与创业
· · · · · (收起)

[心理健康教育_下载链接1](#)

标签

心理咨询

评论

[心理健康教育_下载链接1](#)

书评

[心理健康教育_下载链接1](#)