

中小学心理健康教育活动策划与实施



[中小学心理健康教育活动策划与实施_下载链接1](#)

著者:田文

出版者:清华大学出版社

出版时间:2013-7-1

装帧:平装

isbn:9787302331865

《中小学心理健康教育活动策划与实施》针对中小学生的心理健康现状研究编写的。以学生的心理年龄特征为出发点来组织内容，准确把握了小学、初中、高中各年龄段的心理发展趋向和特征，以心理学的理论研究为依据，选择学习心理、自我意识、生涯规划

、人际交往、情绪管理和休闲活动六大与学生心理健康成长密切相关的专题，让心理健康教育课程走在学生心理发展的前面，体现活动内容的科学性。

作者介绍:

目录: 第一章 学习心理辅导

- 一、学习心理辅导的价值与意义
- 二、学习心理辅导的理论依据
- 三、学习心理辅导的目标
- 四、不同年龄阶段的学习与认知发展的特点
- 五、学习心理辅导的模式与方法
- 六、学习心理辅导注意的问题
- 七、学习心理辅导活动主题的确定
- 八、学习心理辅导活动计划安排
- 九、学习心理辅导实施过程指导
- 十、学习心理辅导活动效果评价

活动设计一 专注是金

活动设计二 记忆直通车

活动设计三 空降法补弱科

活动设计四 管理好时间财富

活动设计五 知了学飞

活动设计六 跨越高三复习疲劳期

第二章 自我意识辅导

- 一、自我意识辅导的价值与意义
- 二、自我意识辅导的理论依据
- 三、自我意识辅导的目标
- 四、不同年龄阶段学生自我意识的发展特点
- 五、自我意识辅导的模式与方法
- 六、自我意识辅导活动主题的确定
- 七、自我意识辅导活动计划安排
- 八、自我意识辅导实施过程指导
- 九、自我意识辅导活动效果评价

活动设计一 我是谁

活动设计二 价值大拍卖

活动设计三 走出自卑的阴影

活动设计四 相信自己与人合作

活动设计五 我有我风采

活动设计六 积极的自我暗示

第三章 生涯规划辅导

- 一、生涯规划辅导的价值与意义
- 二、生涯规划辅导的理论依据
- 三、生涯规划辅导的目标
- 四、不同年龄阶段生涯规划的特点
- 五、生涯规划辅导的模式与方法
- 六、生涯规划辅导的基本程序
- 七、生涯规划辅导注意的问题
- 八、生涯规划辅导活动主题的确定

活动设计一 在挫折中奋起

活动设计二 兴趣，我的老师

活动设计三 美好人生我选择

活动设计四 目标成就未来

活动设计五 亮出你心中的剑

活动设计六 触摸梦想规划人生点亮未来

第四章 人际交往辅导

- 一、人际交往辅导的价值与意义
- 二、人际交往辅导的理论依据
- 三、人际交往辅导的目标
- 四、不同年龄阶段人际交往的特点
- 五、人际交往辅导的模式与方法
- 六、人际交往辅导中注意的问题
- 七、人际交往辅导活动主题的确定
- 八、人际交往辅导活动计划安排
- 九、人际交往辅导实施过程指导
- 十、人际交往辅导活动效果评价

活动设计一 男生女生阳光交往

活动设计二 学会与父母沟通

活动设计三 学会倾听

活动设计四 学会合作

活动设计五 理智把握青春情感

活动设计六 批评，成长的良药

第五章 情绪管理辅导

- 一、情绪管理辅导的价值与意义
- 二、情绪管理辅导的理论依据
- 三、情绪管理的特点和种类
- 四、不同年龄阶段学生情绪发展特点
- 五、情绪管理辅导的模式与方法
- 六、情绪管理辅导注意的问题
- 七、情绪管理辅导活动主题的确定
- 八、情绪管理辅导活动实施过程指导
- 九、情绪管理辅导活动效果评价

活动设计一 笑对生活快乐童年

活动设计二 做情绪的主人

活动设计三 送你一支快乐魔术棒

活动设计四 克服嫉妒心理学会合理竞争

活动设计五 阳光心态成就自我

活动设计六 让“焦虑”助我一臂之力

第六章 休闲活动辅导

- 一、休闲活动辅导的价值与意义
- 二、休闲活动辅导的理论依据
- 三、休闲活动辅导的目标
- 四、不同年龄阶段休闲活动的特点
- 五、休闲活动辅导的模式与方法
- 六、休闲活动辅导注意的问题
- 七、休闲活动辅导活动主题的确定
- 八、休闲活动辅导活动计划安排
- 九、休闲活动辅导实施过程指导
- 十、休闲活动辅导活动效果评价

活动设计一 我们社区的休闲新风尚

活动设计二 修筑上网“防火墙”

活动设计三 学会休闲享受生活

活动设计四 过有意义的假期

活动设计五 休闲让生活更精彩

活动设计六 休闲之旅文明同行

• • • • • [\(收起\)](#)

标签

心理辅导

团体辅导活动

中小学

2019

评论

哈哈 为了考试 希望一切顺利吧 积极努力然后顺其自然

办公室有这本书，就随便看了下。结果发现就第一章学习心理能看，学到了一个空降学习法，其他的主题都是各种网上鸡汤故事拼凑，可能因为学习心理编不出什么故事来。我想既然叫什么活动设计与实施，应该是各种设计的汇总吧，结果只是各种个人教案的汇集，好歹也一个主题多弄些设计参考吧，这样为什么不叫教案集算了。就序言学到了心理学课程的大方向，分为发展性的和预防性的，是关于自我的知识，注重自我探索和体验。前言学到了教育部纲要规定的心理课程的目标。总之对于这本书自身的价值，没有体会到。

书评

