

<<高中生心理辅导指南（第2册）>>

图书基本信息

书名：<<高中生心理辅导指南（第2册）>>

13位ISBN编号：9787542825483

10位ISBN编号：7542825488

出版时间：2001-7

出版时间：上海科技教育出版社

作者：吴增强 编

页数：150

字数：235000

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>

## <<高中生心理辅导指南（第2册）>>

### 前言

《学校心理辅导活动指南》是由上海市教育科学研究院研究生与继续教育部常务副主任、研究员，上海市中小学心理辅导协会理事长吴增强带领的研究团队，经过十多年研究和实践探索，形成的一套比较系统的心理健康教育课程教材。

1995年5月至1996年8月，在吴增强教授主持下，组织了全市十几位专家、科研人员和教师，编写了心理辅导活动课程的系列教材《学校心理辅导活动指南》（包括小学版、初中版、高中版）。

这套教材出版后，曾在本市和外省市近500所学校中试用。

四年多的实践表明，《学校心理辅导活动指南》深受广大教师和学生的欢迎。

随着学校心理健康教育的不断深入，在心理辅导课程实践中，我们发现原有教材有不少地方需要修改、完善。

因此，从2000年9月起，我们组织力量对《学校心理辅导活动指南》进行第一次全面改版。

改版后的系列教材分别为《小学生心理辅导指南》、《初中生心理辅导指南》、《高中生心理辅导指南》。

各学段教材均包括学生用书两册、教师指导用书一册。

六年来，社会在发展，学生心智成长过程中又出现了不少新的问题需要探讨，其间我们对于心理辅导活动课程也有了新的认识，一线的心理辅导教师又设计出许多新的活动主题。

2006年下半年，我们组织力量进行第二次较大篇幅的修改，力图把新的变化、新的认识、新的成果体现在“指南”里，使这套系列教材不断焕发出新的活力。

这次改版基本采用上一版本的设计框架，但活动主题面目一新。

本书为《小学生心理辅导指南》学生用书。

全书编写分工如下：认识自我篇顾文，合群合作篇蔡素文，学习有趣篇马珍珍，愉快生活篇苗蓬。

最后南吴增强、苗蓬、马珍珍统稿、修改，吴增强审稿、定稿。

<<高中生心理辅导指南（第2册）>>

内容概要

本书是《高中生心理辅导指南》的教师用书，该书根据高中生的年龄特点，将高中生心理辅导活动课程的内容分成学习辅导、探索自我、情绪辅导等等六篇，通过对一系列心理辅导活动课的主题，目的要求，理论分析，活动设计参考以及建议说明，使教师从中领悟心理辅导活动的意义，从而提高活动质量，培养学生健康的心态。

本书内容全，讲解深入浅出，通俗易懂，具有较强的科学性、系统性、理论性及实用性，可供广大教师参考使用。

书籍目录

人际交往篇 1.沟通无极限 2.学会说“不” 3.朋友情, 宽容心 4.我有我主张 5.我爱我家 6.亲密不接触  
自我自信篇 7.和自己亲密接触 8.性格魅力 9.多元智能 10.做自己的冠军 11.我与成功有个约会 12.成就  
一生好习惯思维学习篇 13.优化学习方法 14.问题也是一种财富 15.提高学习效率 16.学习中的心理暗示  
17.探究学习 18.我不怕高原现象青春两性篇 19.“女” + “子” = “好” 20.悸动的心 21.婚前漫步 22.  
应对性骚扰 23.青春特别话题 24.远离毒品生活休闲篇 25.阻断坏情绪 26.情绪钥匙 27.笑对人生 28.健  
康的生活 29.时尚与品位 30.善待生命生涯规划篇 31.百炼成才 32.精彩生命的罗盘 33.目标, 由远及近  
34.我有我选择 35.模拟面试 36.美丽人生

章节摘录

插图：拒绝技巧1．姿态拒绝法人传达感情的方式很多，如有声语言的传递、身体语言（表情、目光等）的传递等，其中，身体语言的姿态也能起到拒绝对方的目的。

不佳的体态是难以抗衡的拒绝，因此，如果你觉得有人想让你做什么事而你又无意接受时，你不妨在进入话题之前就将双手交叉在胸前，或者两脚相叠，对方就会感到难以开口或提出进一步的要求。如果在交谈中不时改变姿态，就可以明确地把不愿接受的态度传达给对方了。

2．提问拒绝法面对对方提出的一个你必须拒绝而又不知怎样拒绝的要求，你可以问上一连串的“为什么”，它能拖延和争取时间，进而找出适当的理由拒绝。

3．服务拒绝法这种方法是向对方提出另一种较合理的建议，让他去寻找另外的通路，或者把责任推到另一个人身上。

这是一种比较理想的拒绝方式，既表明了自己的态度，又使拒绝具有建设性。

当然，如果还能设法使对方相信经你补偿之后，他现在所获得的比原来要求获得的更为满意。那么，拒绝了原来的要求，反而可以使对方高兴。

4．“无法”拒绝法面对各种各样的人，拒绝的态度非常重要。

如果有可能要尽量说明理由，使对方觉得你是无能为力的。

否则，简单的三言两语往往会引起对方的误解，引起彼此间关系紧张。

尤其是对相交至深的朋友，更要直接说明原因。

<<高中生心理辅导指南（第2册）>>

编辑推荐

《高中生心理辅导指南(第2册)》由上海科技教育出版社出版。

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>