

<<学生心理拓展训练教师实用手册>>

图书基本信息

书名：<<学生心理拓展训练教师实用手册>>

13位ISBN编号：9787562149354

10位ISBN编号：7562149356

出版时间：2010-6

出版时间：西南师大

作者：徐岳敏

页数：270

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>

前言

时间过得真快，转眼已是我教学的第六个年头了。

回首走过的路，有过艰辛的汗水和泪水，也体验了身为人师的快乐。

记得刚参加工作的时候，我与学生一起打排球、踢足球、爬山和看电影等，与他们打成了一片，我想在他们心目中我不仅仅是一名教师，更是一个兄长或朋友。

我是属于喜欢小孩的那类老师。

记得以前读高中的时候，我就喜欢与小朋友一起玩，他们也会来找我玩。

可能我的心理年龄比较小吧，与他们相处得很融洽。

现在当了老师，我则喜欢我的学生，喜欢与他们在一起，喜欢与他们交流，尽管有时做得还不够。

在教育实践中，我常常听有些班主任说现在的学生难教、班会课没内容上、学生活动不好搞等。

确实，现在社会发展这么快，人们的观念变化也大，作为教师有时真的无所适从。

但我想，不管社会怎么变化，追求真、善、美是人类永恒的主题，而教育学生求真、求善、求美是我们千万教育工作者义不容辞的责任。

教育，不仅仅要实现知识的传承，更应该让莘莘学子拥有健康的体魄和心灵，在以人为本的理念指导下促进每一个学生的和谐发展和快乐成长。

关于班主任工作的书很多，如魏书生老师的《班主任工作漫谈》、李镇西老师的《做最好的班主任》、王金战老师的《英才是怎样造就的》、万玮老师的《班主任兵法》等都是很好的书，我自己也从他们的作品中受益匪浅。

相比较而言，本书没有多少高深的理论，也没有系统的论述，它只是提供一些在实践中摸索出来的行之有效的教育内容和方式，包括给人以心灵震撼的心理拓展训练、引领生活的心理辅导课、展现无穷魅力的心理学效应等，目的是想为一线的班主任提供一种借鉴和参考，提供一个工具和助手。

<<学生心理拓展训练教师实用手册>>

内容概要

《学生心理拓展训练教师实用手册》为《名师工程创新课堂系列》其中一册，全书包括人际关系训练、团队精神训练、信任训练、自信心训练、感恩训练、异性交往训练、正确认识自己训练、积极心态训练、目标意识训练、心理压力训练、考试焦虑训练、挫折训练12个部分，每一部分包括心理拓展训练活动、心理辅导课和个体辅导等，大家可以根据具体情况选择使用。

《名师工程创新课堂系列》邀请全国各地著名的教育工作者执笔，汇集在教育改革与实践中涌现的先进理念、成果和方法，经过专家认真遴选、评点总结而成，代表了目前教育实践中先进的教育生产力，具有时代前沿性，是广大一线教师学习、借鉴的好素材。

<<学生心理拓展训练教师实用手册>>

书籍目录

第一部分 人际关系训练一、人际关系训练的原理探讨1. 人际关系的一些心理学效应2. 学生人际交往的技巧和策略3. 人际关系训练的心理学原理与方法相结合的分析二、提升学生人际交往能力的辅导课——高山流水觅知音三、人际关系拓展训练项目1. 相识就是缘2. 串名字3. 个性名片4. 撕纸5. 倾听与回馈四、个体人际关系辅导1. 建立良好的第一印象2. 老师, 帮帮我——关于心理投射的疏导3. 善待晕生的顶嘴第二部分 团队精神训练一、团队精神训练的原理探讨1. 团队精神培养的一些心理学效应2. 团队精神训练的心理学原理与方法相结合的分析二、提升班级团队精神的辅导课——团结就是力量三、团队精神拓展训练项目1. 救生船2. 齐眉杆3. 翻叶子4. 呼啦圈5. 地雷阵四、个体团队精神辅导1. 一人为全班, 全班为一人2. 篮球赛之前3. 从众效应的另一种应用第三部分 信任训练一、信任训练的原理探讨1. 信任培养的一些心理学效应2. 信任的故事和力量3. 信任训练的心理学原理与方法相结合的分析二、提升同学间信任的辅导课——信任, 创造美好的意境三、信任拓展训练项目1. 盲人与拐棍2. 信任背摔3. 云梯四、个体信任辅导1. 四颗糖果的故事2. 只有你能欣赏我3. 播种心灵的希望第四部分 自信心训练一、自信心训练的原理探讨1. 自信心培养的一些心理学效应2. 自信心的心理学实验和故事3. 自信心训练的心理学原理与方法相结合的分析二、提升学生自信心的辅导课——自信心辅导三、自信心拓展训练项目1. 手指的力量2. 自我肯定训练3. 时装秀4. 积极认知行为训练5. 优点轰炸(找自信)四、个体自信心辅导1. 培养自信心从扬长开始2. 自信是潜能“放大镜”第五部分 感恩训练一、感恩训练的原理探讨1. 感恩培养的心理学效应2. 感恩母爱——母亲平生所撒的八大谎言3. 感恩训练的心理学原理与方法相结合的分析二、培养学生感恩之心的辅导课——感恩的心三、感恩拓展训练项目1. 背沙包2. 感恩父母3. 感恩导词四、个体感恩辅导1. 我给父母发奖状2. 用家庭DV感化学生3. 三袋米第六部分 异性交往训练一、异性交往训练的原理探讨1. 异性交往能力培养的一些心理学效应2. 青春期异性交往守则3. 异性交往训练的心理学原理与方法相结合的分析二、提升异性交往能力的辅导课——青春ABC三、异性交往拓展训练项目1. 祝福花篮2. 指鹿为马……第七部分 正确认识自我训练第八部分 积极心态训练第九部分 目标意识训练第十部分 缓解心理压力训练第十一部分 降低考试焦虑训练第十二部分 战胜挫折训练

章节摘录

插图：1.人际关系的一些心理学效应【首因效应】首因效应也叫“第一印象”效应，它是指当人们第一次与某物或某人相接触时会留下深刻的印象。

有一位心理学家曾做过一个实验：把被试者分为两组，同看一张照片。

对甲组说：这是一位屡教不改的罪犯。

对乙组说：这是一位著名的科学家。

看完后让被试者根据这个人的外貌来分析其性格特征。

结果甲组说：深陷的眼睛藏着险恶，高耸的额头表明了他死不悔改的决心。

乙组说：深沉的目光表明他思想深邃，高耸的额头说明了科学家探索的意志。

这个实验表明，若第一印象形成肯定的心理定势，会使人在后续了解中多偏向发掘对方具有美好意义的品质；若第一印象形成的是否定的心理定势，则会使人人在后续了解中多偏向于揭露对象令人厌恶的部分。

实验心理学研究表明，外界信息输入大脑时的顺序，在决定认知效果的作用上是不容忽视的。

最先输入的信息作用最大，最后输入的信息也起较大作用。

大脑处理信息的这种特点是形成首因效应的内在原因。

【近因效应】近因效应与首因效应相反，是指在多种刺激出现的时候，印象的形成主要取决于后来出现的刺激。

即交往过程中，我们对他人最近、最新的认识占了主体地位，掩盖了以往形成的对他人的评价，表现出一个人或一事物最后给人留下的印象有很深刻、很强烈的影响。

心理学家卢钦斯做了这样的实验。

分别向两组被试者介绍一个人的性格特点，对甲组先介绍这个人的热情外向型特点，然后介绍冷淡内向型特点；对乙组则相反，先介绍冷淡内向型特点，后介绍热情外向型特点。

最后考察这两组被试者留下的印象。

后记

时间如白驹过隙，好像在飞，一晃就是一天、一个星期，乃至一个月、一年。

在编写这本书的日子里，默默地忙着，也乐着。

可以说，我把教书以外的几乎所有业余时间和精力都投入了进来。

蓦然回首，发现身上的衣服口袋已黑得发亮，脚上的皮鞋因为雨天浸水也已开裂，而我竟浑然不知，或者说知道但没有感觉。

这本书经过三次大幅度的修改后终于顺利完成，我要感谢我的妻子周启梅老师，她作为书稿的第一位读者给我提出了许多宝贵的意见；感谢专职心理老师伏忠国老师给予我的灵感和写作过程中给予我的帮助；感谢学校领导、同事、朋友和家人一直以来给予我的关心和支持；感谢我的学生对我教育教学的配合和支持；感谢K12班主任论坛网友对我的关注和鼓励；感谢西南师范大学出版社和北京森科文化传播有限公司，没有你们的支持和帮助，书稿不会这么快就出版。

这本书的许多材料来自名师名家，还有网络作品，在此我向魏书生、李镇西、王金战等前辈以及所有作品的原作者表示由衷的谢意！

最后，感谢所有阅读这本书的朋友，因为您的支持给了我前行的无限动力。

我深知自己的水平非常有限，期待您提出宝贵的意见。

<<学生心理拓展训练教师实用手册>>

编辑推荐

《学生心理拓展训练教师实用手册》：新课程·新理念·新教学。

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>