

<<这样疏导学生心理>>

图书基本信息

书名：<<这样疏导学生心理>>

13位ISBN编号：9787303141630

10位ISBN编号：7303141634

出版时间：2012-4

出版时间：劳泰伟、任志楠、黄艳芳、王屹 北京师范大学出版社 (2012-04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>

<<这样疏导学生心理>>

内容概要

《这样疏导学生心理》从中职生存在的主要心理问题入手，如中职生学校适应不良、学习问题、人际交往问题、情绪问题、自我与人格问题、恋爱与性心理问题、择业心理问题、不良行为问题等，着重提出解决方法，为从事学生教育的教师提供解决问题的思路和经验借鉴。

<<这样疏导学生心理>>

书籍目录

第一章 中职生学校适应不良问题及辅导 一、中职生学校适应不良的表现及成因 一、新生恋家 二、“月光族” 四、时间管理 五、新生宿舍人际关系适应不良及对策 六、学习目标缺失问题及对策 第二章 中职生学习问题及辅导 一、中职生学习心理特点 一、厌学 二、学习无信心 四、学习焦虑 第三章 中职生人际交往问题及辅导 一、中职生人际交往心理的一般特点 一、师生矛盾 二、家庭矛盾 四、同伴交往 五、社交障碍 第四章 中职生情绪问题及辅导 一、中职生情绪的一般特点 二、悲观心理 三、孤独（闭锁）心理 四、抑郁心理 五、嫉妒心理 第五章 中职生自我与人格问题及辅导 一、中职生人格的一般特点 一、自卑 二、自负 四、完美主义 五、偏执人格 第六章 中职生恋爱与性心理问题及辅导 一、中职生恋爱与性心理的一般特点 二、异性交往障碍 二、单恋 四、失恋 五、婚前性行为 六、网恋 第七章 中职生择业心理问题及辅导 一、中职生择业心理的一般特点 一、择业 三、就业焦虑 第八章 中职生不良行为问题及辅导 一、常见的中职生不良行为与心理问题 二、网络成瘾 二、打架、攻击行为 四、吸烟、酗酒行为 五、偷窃行为 参考文献 后记

<<这样疏导学生心理>>

章节摘录

版权页：插图：（二）案例分析从小W的情况看，他面临的主要问题是不知道如何理财，使自己在支配生活费上出现了恶性循环，这种恶性循环进而引起了他与同学的人际关系变差，引起其心理上的烦恼。

确切地说，小W的情况不是严格意义上的心理问题，更多的是行为问题。

改变小W的财务管理状况，小W的心理烦恼就能迎刃而解了。

为此，心理咨询教师更多的是对小W的行为进行指导，帮助其掌握有关的财务管理技巧，增进其独立生活、自我管理的能力。

从原因上看，青春期青少年有强烈的独立自主需求，但这种强烈的需求和他们的心理发展不成熟的现实情况形成强烈的对比。

小W则属于这种情况，进入中职之后，小W体会到了独立自主的快乐，从独立支配金钱和时间上体验到了成人的感觉，然而如同许多同龄人一样，小W缺乏独立自主的能力，不会安排自己的生活，因此，在财务管理上出现了问题，成了“月光族”。

概括地说，小W出现问题的原因更多的是他缺乏相应的自我管理能力，为此，咨询教师要重点针对其自我管理能力进行辅导。

（三）辅导策略 1.倾听，引导来访者分析原因 倾听是咨询关系建立的基础，咨询教师通过倾听来收集资料，深入了解小W的实际情况。

同时通过倾听，激发小W对自己目前状况的原因进行分析。

对原因的分析，咨询教师要注意小W的归因情况，不仅从外部环境，也要从自身方面对小W的问题原因进行归因，从而能够使小W全面地看待问题。

2.行为指导 首先，布置作业，即让小W将一个星期内每一天的财务收支情况进行详细的记录，看看用于学习、生活、娱乐、交友等方面的花费有多少。

一个星期后，咨询教师与小W就其记录进行分析，查找开支中合理与不合理的项目，让小W进一步明确导致“经济危机”的原因，并找到对策，以减少不必要的开支。

其次，咨询教师引导小W制订一个财务计划，从总体上进行分析：写下每个月固定收入是多少，每个月固定花费是多少，有多少钱是可以用于灵活支配的。

从具体情况进行分析：让小W写下一天的固定开支，同时配有一定灵活支配的金额。

让小W根据这个计划试行一个星期，再根据自己的实际情况对计划进行调整，形成最终的收支安排。

最后，在小W理财计划可行的基础上，进一步指导小W制订还款计划，使之能在保证自己正常生活的前提下有目标地进行还钱，修复与同学之间的关系。

3.自我管理方面的指导 在小W的理财问题得到解决的情况下，咨询教师还应针对自我管理的一些问题，让小W总结本次理财的经验，并将经验扩展到其他领域，如时间管理等，促进小W能够更好地应对独立生活中出现的各种问题。

四、时间管理 俗话说：时间就是金钱。

虽然很多人都认识到时间的宝贵，但是并不是人人都能做到珍惜时间，有效利用时间。

特别是青少年，在对时间的认识和利用上存在种种误区，如有些学生认为时间很多，不知道怎么用，甚至一天下来很无聊，只能靠玩游戏、上网等打发时间；有些学生虽然认识到时间的宝贵，但却不知道怎么安排和利用时间。

这都是缺乏时间管理技巧的表现。

<<这样疏导学生心理>>

编辑推荐

《这样疏导学生心理》由北京师范大学出版社出版。

<<这样疏导学生心理>>

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>