

小学生

主编 吴增强 副主编 苗蓬 马珍珍

心理辅导指南

第1册

(修订版)

Xiaoxuesheng Xinlifudao Zhinan

Xiaoxuesheng

XINLIFUDAOZHINAN



上海科技教育出版社

小学生

主编 吴增强 副主编 苗蓬 马珍珍

心理辅导指南

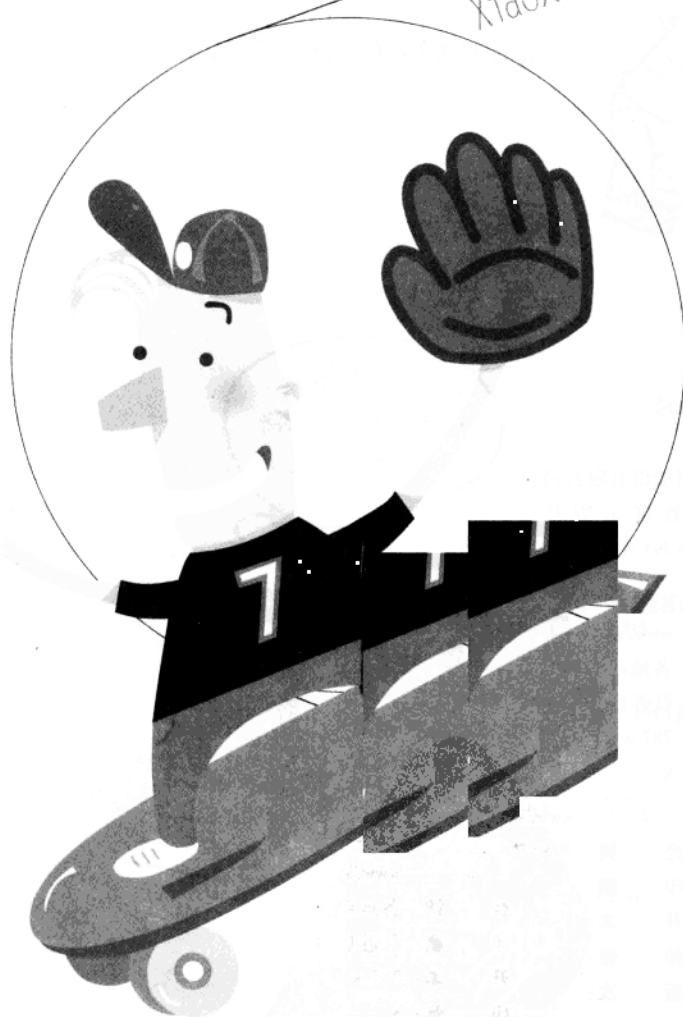
第1册

(修订版)

G479/166

Xiaoxue

Xiaoxue Zhinan



上海科技教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学生心理辅导指南. 第1册/吴增强主编. 一修订版.

上海:上海科技教育出版社,2007.10

ISBN 978-7-5428-2543-8

I. 小… II. 吴… III. 小学生—心理卫生—健康教育
IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 041564 号

小学生心理辅导指南

第1册

(修订版)

主 编:吴增强

副 主 编:苗 蓬 马珍珍

出版发行:上海世纪出版股份有限公司

上海科技教育出版社

(上海冠生园路393号 邮政编码200235)

网 址:www.ewen.cc

www.sste.com

经 销:各地新华书店

印 刷:江苏启东市人民印刷有限公司

开 本:787×1092 1/16

印 张:8

版 次:2007年10月第2版

印 次:2007年10月第6次印刷

本次印数:5000

书 号:ISBN 978-7-5428-2543-8/G·1632

定 价:13.00元

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。最后由吴增强、苗蓬、马珍珍统稿、修改,吴增强审稿、定稿。

编者

2007年5月

目 录

认识自我篇1

1. 我是谁 2
2. 优点“秀” 6
3. 独一无二的我 10
4. 我能！我可以 14
5. 多想想另一面 18
6. 快乐小天使 22
7. 我是男孩(女孩),我喜欢 26
8. 成长脚印一串串 30

合群合作篇33

9. 我们拉拉手34
10. 麻烦“创可贴”38
11. 爱笑的开心果42
12. 七彩音符46
13. 寻找身边的“超人”50
14. 走近老师54
15. 我们家的吉祥三宝58
16. 最美的星座62

学习有趣篇.....65

17. 知识越学越有趣66

18. 注意70

19. 擦亮你的眼睛72

20. 插上想象的翅膀76

21. 宝盒子里有什么80

22. 故事里面名堂多84

23. 记忆有窍门88

24. 学习助力器.....92

愉快生活篇.....95

25. 和时间交朋友96

26. 我行,我秀100

27. 多彩的大自然.....102

28. 自己的事情自己做106

29. 家有贵客110

30. 打电话的学问112

31. 平安伴我行116

32. 一个人在家的时候120



新 星 社

果 蘇 静 少

认识自我篇



大 师 系

中国文联出版社

《中国文联出版社》与《中国文联出版社》

《中国文联出版社》与《中国文联出版社》



1. 我是谁

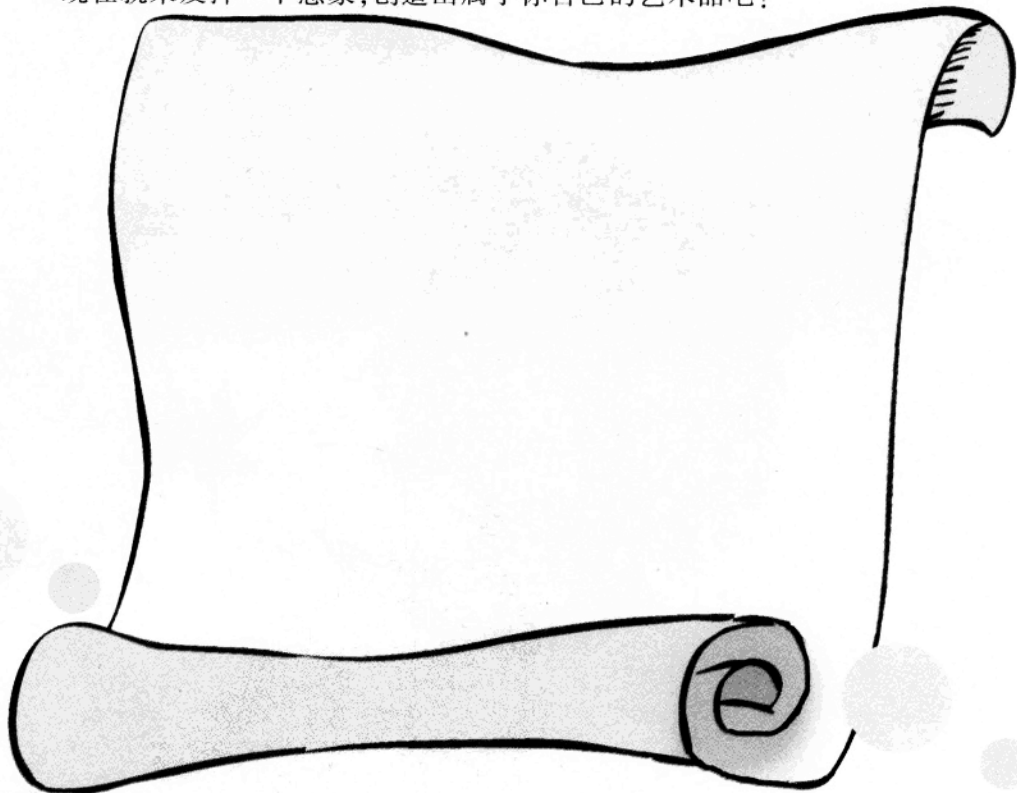
心情糖果

我是谁？这真是个有趣的问题。我们真的了解自己吗？今天，就让我们一起去看看吧！

活动大本营

我的指纹画

你听说过指纹画吗？你用自己的指纹画过画吗？
现在就来发挥一下想象，创造出属于你自己的艺术品吧！



我的档案卡

学校: _____

班级: _____

姓名: _____



身 体

体重: _____

身高: _____

血型: _____

兴趣爱好





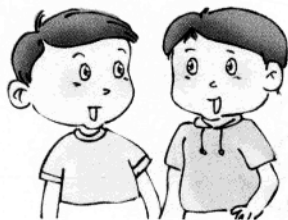
我的身份



对爸爸、妈妈来说,我是



对老师来说,我是



对小伙伴来说,我是



在公园里游玩时,我是



在商店购物时,我是



在乘车时,我是

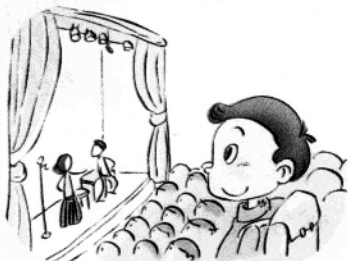


在运动场上,我是



快乐豆对我说

每个人都像演员，在不同场合、不同时期扮演着不同的角色。



课后甜甜圈

想不想有一张像爸爸那样的名片呢？那就赶快动手制作一张吧。

噢，对了！我们小朋友的名片可要有特色哦，说说你的兴趣爱好，或者谈谈你名字的特别意义……

我们来比一比谁的名片最有创意。



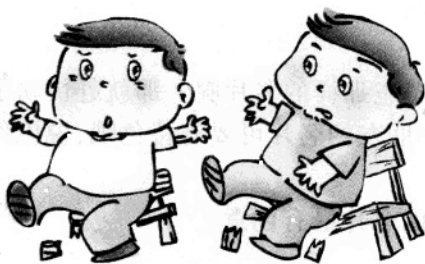


2. 优点“秀”

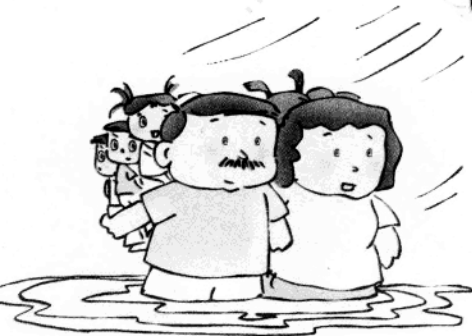
心情糖果

勇于展示自己的才华、个性及风采。你，就是一道风景线。

活动大本营



1



5

七彩故事

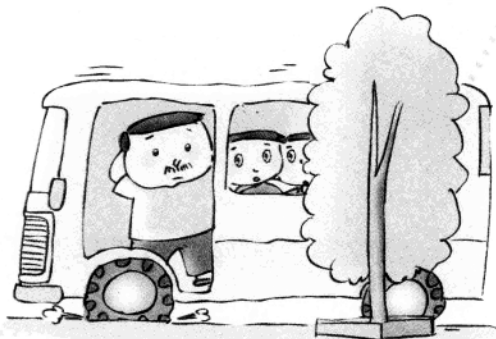
胖子第一家



2



4



3

优点大集合

你能在最短的时间里,尽可能多地说出自己的优点吗?
我有许多优点,我愿与你分享。

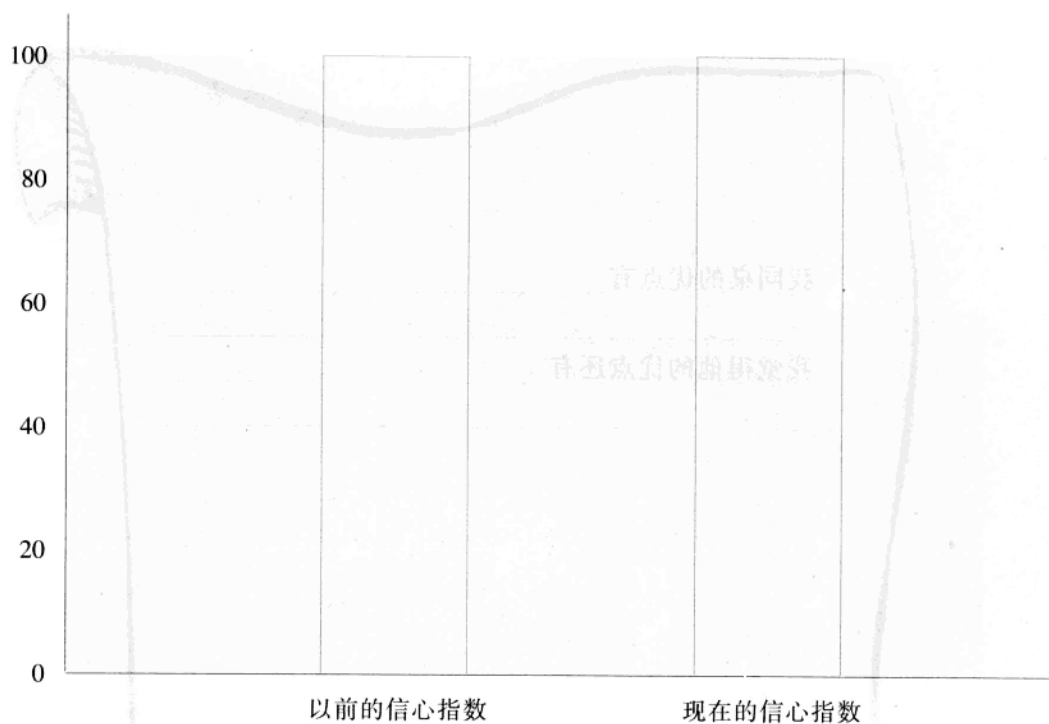
我同桌的优点有_____。

我觉得他的优点还有_____。

感悟
即时贴

信心指数大爆棚

听了同学们的介绍,原来有些优点你自己也没发现啊!现在,你的信心是否增加了?请你画一画你现在的信心指数吧。



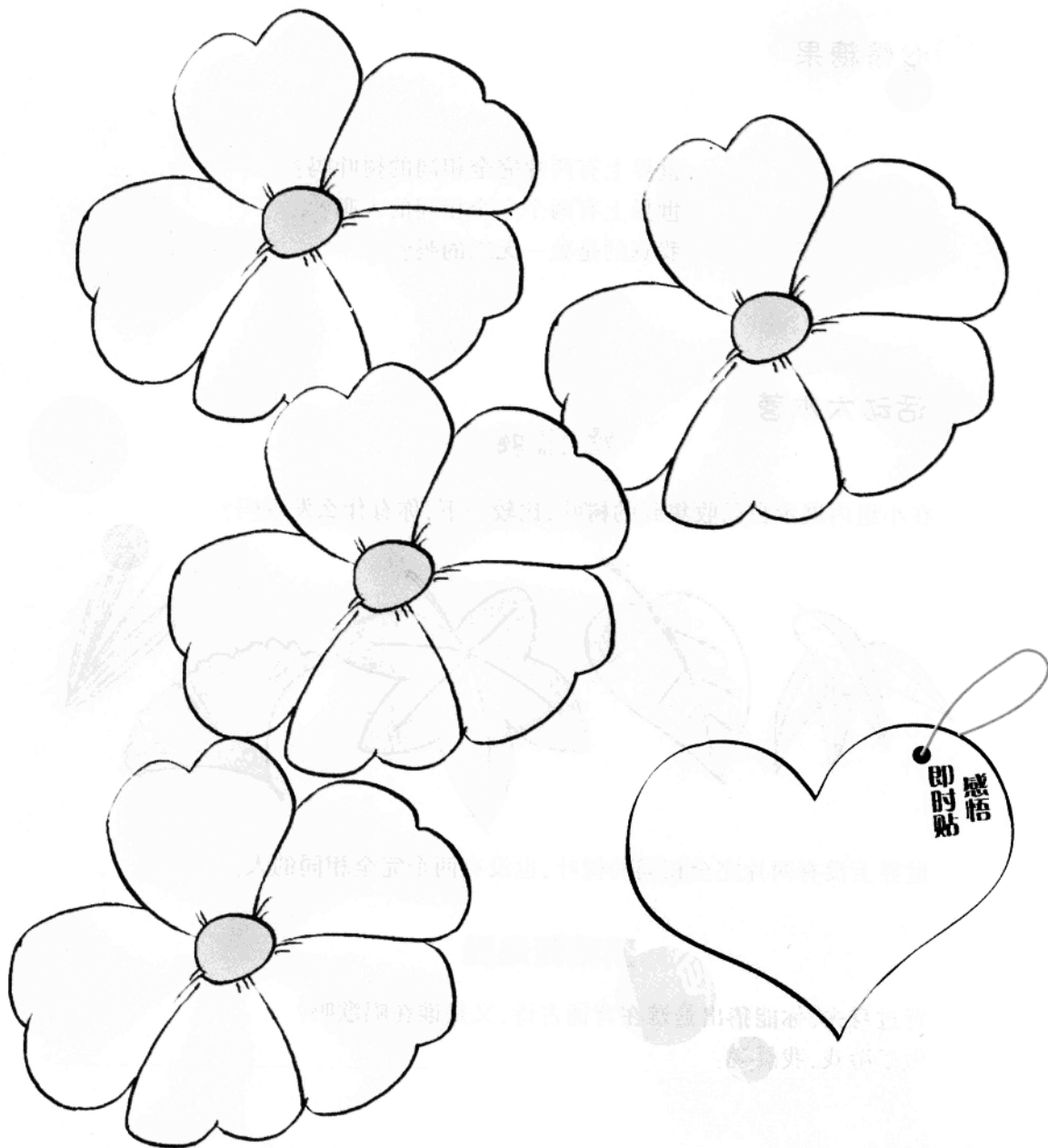
快乐豆对我说

我是最棒的! 让我们一起大声喊——我是最棒的!

课后甜甜圈

下面这些美丽的花朵叫“优点花”。快把你的优点填到花瓣上,写满一朵就可以把它剪下来贴到你的床头哦。

你能想象床头贴满“优点花”的场景吗?





3. 独一无二的我

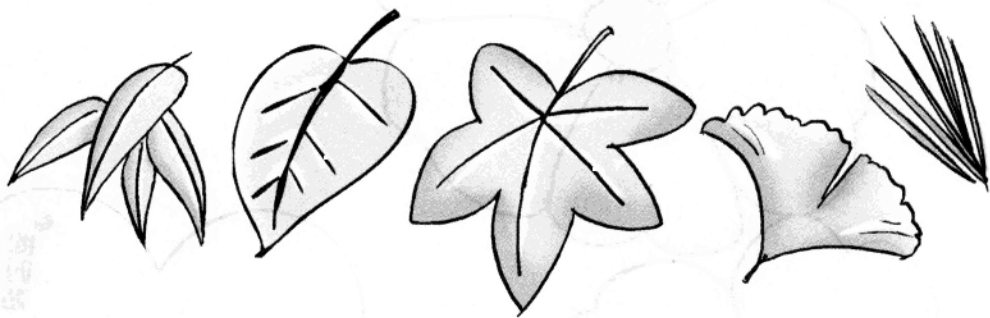
心情糖果

世界上有两片完全相同的树叶吗？
世界上有两个完全相同的人吗？
我真的是独一无二的吗？

活动大本营

找树叶

在小组内展示自己收集到的树叶，比较一下，你有什么发现吗？



世界上没有两片完全相同的树叶，也没有两个完全相同的人。

猜猜我是谁

背过身去，你能猜出是谁在背诵古诗，又是谁在唱歌吗？
做了游戏，我想说：_____。

每个人说话、走路、笑、唱歌等方式都是独特的,都是不同于别人的。

例如,我们在房间里正做着功课,听到楼梯那儿传来熟悉的脚步声,就知道妈妈回来了。你有没有这方面的体会呢?能不能再举一些例子,说一说你是怎样辨别熟人的独特之处的。

1. 爸爸的咳嗽声。

2. _____。

3. _____。

4. _____。

5. _____。

6. _____。

即时感悟

填填涂涂

根据自己的兴趣、爱好和擅长的程度来填填涂涂吧!

“兴趣很大”的涂成红色;“兴趣一般”的涂成黄色;“兴趣很小”的涂成蓝色;“没有兴趣”的涂成绿色。如有“轮图”上没有的爱好与特长,可填写在空格内,并涂上相应的颜色。