

《青少年心理健康教育》课程教学大纲

课程名称：	青少年心理健康教育	课程类别（必修/选修）：	必修课
课程英文名称：	Mental Health Education for Adolescents		
总学时/周学时/学分：	36 学时/周 2 学时/2 学分	其中实验学时：	16 学时（学习演练基本技术）
先修课程：	《心理学》《大学生心理健康教育》		
授课时间：	星期三(1-18)【7- 8 节】 星期三(1-18)【9-10 节】	授课地点：	6D-404 6E-101
授课对象：	2017 汉语师范 1 班 、 2 班； 2017 小学数学 1 班 、 2 班		
开课院系：	教育学院（师范学院）		
任课教师姓名/职称：	李先锋/教授 张庆吉/讲师		
联系电话：	13713004900	Email:	1400000525@qq.com
答疑时间、地点与方式：	上课前后、微信教学群、特殊情况随时预约		
课程考核方式：	开卷（ ） 闭卷（ ） 课程论文（ ） 其它（ √ ）（注：五次课后主题作业）		
使用教材：	《中小学心理健康教育》（福建教育出版社）2015 年 4 月出版		
教学参考资料：	《心理学：为外专业的阅读者撰写的一本很专业的书》，现代教育出版社，2014 年 1 月 1 日		
课程简介：	<p>中小學生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、自我意识、情绪调适、人际交往和升学就业等方面，会遇到各种各样的心理困扰或问题。因此，在中小学开展心理健康教育，是学生身心健康成长的需要，是全面推进素质教育的必然要求。</p> <p>按照“大健康观”的话语体系——生理健康，心理健康，心灵健康三个方面中，青少年生理健康无忧：正值青春花开的时节，是生理健康的上升期。心灵健康可控：人生阅历尚浅，所能接受的“社会的不良影响，人生的酸甜苦辣”还不足以给淳朴的心灵健康构成污染。心理健康堪忧：青少年在认知水平、情绪调控、行为取舍三个方面存在大幅的成长空间。所以说，心理健康教育是青少年成长需要优先关注的健康方向。</p> <p>2002 年，教育部正式颁布《中小学心理健康教育指导纲要》，2012 年修订重新颁布《中小学心理健康教育指导纲要（2012 年修订）》。我们的《青少年心理健康教育》课程必须充分体现和全面贯彻《中小学心理健康教育指导纲要（2012 年修订）》。</p> <p>课程教学原则：</p> <p>1. 开展中小学心理健康教育工作，必须高举中国特色社会主义伟大旗帜，学习践行社会主义核心价值观体系，注重学生心理和谐健康，加强人文关怀和心理疏导，根据中小學生生理、心理发展特点和规律，把握不同年龄阶段学生的心理发展任务，运用心理健康教育的知识理论和方法技能，培养中小</p>		

<p>学生良好的心理素质，促进其身心全面和谐发展。</p> <p>2. 以学生发展为根本，遵循学生身心发展规律，必须坚持——科学性与实效性相结合；——坚持发展、预防和危机干预相结合；——坚持面向全体学生和关注个别差异相结合；——坚持教师的主导性与学生的主体性相结合；——坚持教师与学生家长双向积极互动和建设性配合相结合。</p>					
<p>课程教学目标：</p> <p>1. 确立科学的心理健康观</p> <p>2. 通晓影响心理健康的因素</p> <p>3. 学会“认知自我，理解自我，接纳自我，提升自我”</p> <p>4. 深层次解决青少年中存在的人生目标迷失、成长动力不足、自我管理不当、生命信念漂移等问题</p> <p>5. 在积极心理学思想的影响下，做一个“自信、乐观、坚定、成长”的青少年。</p>					
理论教学进程表					
周次	教学主题	教学时长	教学的重点与难点	教学方式	作业安排
1	前言	2	青少年心理健康的认知定位 科学的心理健康观 青少年心理健康基本判断 青少年心理问题成因	翻转课堂	查阅整理“青少年心理问题成因”正反实例
3	基本原则	2	中国特色 中国品位 中国情怀 中国道路	翻转课堂	交流分享同学们自己记忆中的心理成长故事
5	目标任务	2	全面推进 突出重点 分类指导 协调发展	翻转课堂	交流分享同学们自己经历过的心理健康教育体验
7	途径方法一	2	校园环境 全体教职员工 班主任工作	翻转课堂	交流分享同学们感知到的“全方位心理健康

			班团队活动 校园文体活动 社会实践活动 网络		教育”正 反例证
9	途径方法二	2	心理健康专题教育 团体辅导 心理训练 问题辨析 情境设计 角色扮演 游戏辅导 心理情景剧 专题讲座	翻转课堂	演练运用 各种心理 健康专题 教育方式 方法开展 心理健康 教育
11	途径方法三	2	心理辅导室 树立危机干预意识 掌握专业技术要领	翻转课堂	分享同学 们自己去 心理咨询 室的经历 和感受
13	家校合作	2	问题与挑战 法规政策 学校 教师 家长	翻转课堂	分享同学 们自己经 历过的 “家校合 作”
15	组织实施	2	加强心理健康教育领导和管理 心理健康教育教师队伍建设 开展心理健康教育教师培训 重视教师心理健康教育工作	翻转课堂	分享同学 们自己经 历过的 “心理健 康的老师”或者 “心理不 太健康的 老师”
17	复习总结	2	复习总结	翻转课堂	复习总结
合计:		18			
实践教学进程表					
周次	实验项目名称	学时	重点与难点	项目类型（验证/	教学

				综合/设计)	方式	
2	绘画心理学 1	2	采集绘画	讲/练	灵活互动	
4	绘画心理学 2	2	初级班	讲/练	灵活互动	
6	绘画心理学 3	2	初级班	讲/练	灵活互动	
8	绘画心理学 4	2	中级班	讲/练	灵活互动	
10	绘画心理学 5	2	中级班	讲/练	灵活互动	
12	绘画心理学 6	2	中级班	讲/练	灵活互动	
14	绘画心理学 7	2	高级班	讲/练	灵活互动	
16	绘画心理学 8	2	高级班	讲/练	灵活互动	
18	复习总结	2	复习总结	复习总结	复习总结	
合计:		18				
成绩评定方法及标准						
考核形式		评价标准			权重	
全程考勤		两次旷课，考勤分归零			36%	
设计一个青少年心理健康教育主题活动		正视自己的心理健康状况，尝试理性认知积极面对			28%	
六次课后主题作业		正面主题，阳光观点			36%	
大纲编写时间：2019 年 2 月 24 日						
系（部）审查意见：						
已审阅，同意执行。						
系（部）主任签名：李延峰						
日期：2019 年 2 月 28 日						

注: 1、课程教学目标: 请精炼概括 3-5 条目标, 并注明每条目标所要求的学习目标层次(理解、运用、分析、综合和评价)。本课程教学目标须与授课对象的专业培养目标有一定的对应关系

2、学生核心能力即毕业要求或培养要求, 请任课教师从授课对象人才培养方案中对应部分复制 (<http://jwc.dgut.edu.cn/>)

3、教学方式可选: 课堂讲授/小组讨论/实验/实训

4、若课程无理论教学环节或无实践教学环节, 可将相应的教学进度表删掉。