**小学、初中、高中、高职学生心理健康课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 珍爱生命，快乐成长 | 生命的来之不易，如何珍爱生命、自我调适，实现生命的价值。 | 小学生初中生 |
| 2 | 增强自控力，合理使用电子产品 | 过度使用电子产品的危害，健康上网，合理有限制地使用电子产品。 | 小学高年级、初高中学生 |
| 3 | 做积极自信的阳光少年 | 引导学生认识自己、肯定自己、欣赏自己，从而实现新的自我价值。 | 小学生初中生 |
| 4 | 捍卫男孩的成长 （男生青春期教育） | 青春期男孩的生理心理特点、男孩的责任担当，青春守则。 | 初高中男生 |
| 5 | 谁的青春不迷茫 | 职校生如何自我认识，建立自信，自我完善，自我规划，自主发展。 | 职校学生 |
| 6 | 青春私语 成长解密 | 引导青春期孩子正确对待青春期烦恼，学会男女生相处之道，学会自我保护、珍爱生命。 | 小学高年级、初中生 |
| 7 | 羞答答的玫瑰静悄悄地开 | 女生青春期专题健康讲座 | 小学五六年级女生 |
| 8 | 十个考前心理调适小妙招 | 每次考试适度焦虑是正常心理反应，如果过度焦虑也可以进行自我调适 | 小学、初中 |
| 9 | 感恩生命教育 | 体验生命中的艰难和负重，每一个相遇都是我们成长的助力；感受生命中的美好记忆，体验生命中的冲击，学会珍惜。 | 小学、初中（团辅50人） |
| 10 | 不负韶华，勇敢追梦 | 每一次毕业都是跨越，毕业后的生涯规划和心理调节都将助力自我成长。 | 中高考毕业生 |
| 11 | 行走在明媚的阳光里  ——中生心理健康教育 | 了解青少年心理健康的识别标准和青春期常见的心理问题后，用五种人际效应助力人际沟通，用焦点解决短期治疗法调适焦虑，让自我管理为成长扩容。 | 中学生 |
| 12 | 青少年品格训练 | 通过心理团辅活动，帮助青少年树立自信；学会管理时间；做情绪的主人；学会沟通，做一个受欢迎的人。 | 中小学生（团辅50人） |
| 13 | 积蓄正能量，向快乐出发 | 如何调整积极的心态，正确面对生活中的困难与挫折，珍爱生命，快乐成长。 | 七八年级学生 |
| 14 | 珍爱生命 健康成长 | 让学生感知生命来之不易，并通过名人故事来影响学生，使之懂得珍爱生命，促健康成长。 | 小学中高年级学生以及初中学生 |
| 15 | 克服困难 | 通过活动，引导学生积极面对困难，想各种办法克服。 | 小学、初中、高中均可（30—50人） |
| 16 | 珍惜时间 | 通过活动，引导学生珍惜时间，会合理安排时间，做时间的主人 | 小学中高年级，初中高中。人数不限 |
| 17 | 信任之旅 | 通过活动，让学生懂得信任，学会合作，珍惜友谊。 | 小学、初中、高中均可（30—50人） |
| 18 | 学习加油站 | 通过体验活动，让学生找到适合自己学习的最佳方法。 | 小学、初中、高中均可（30—50人） |
| 19 | 做最好的自己 | 通过活动，让学生看到自身的优点与不足，从而成为最好的自己 | 小学、初中、高中均可（30—50人） |
| 20 | 花季雨季我们从容走过  ——五六年级青春期教育 | 青春期生理认识；心理认识；心理调节的方法 | 小学高年级学生 |
| 21 | 学会与烦恼相处  ——小学生情绪疏导 | 烦恼知多少；烦恼的来源；如何应对烦恼 | 小学中高年级学生 |
| 22 | 有效方法，快乐学习 | 了解学习风格；各种学习风格的学习方法；影响学习的各种因素及调整方法。 | 小学中高年级学生 |
| 23 | 例谈初中学生的育人观 | 在案例分析中感知初中生的特点，从而思考更科学的成长观。 | 初中全体学生 |
| 24 | 学会时间管理，促进高效学习 | 引导学生学会科学合理的安排时间，提高学习效率，促进目标达成 | 初中高中全体学生 |
| 25 | 学会情绪管理，有效应对压力 | 引导学生觉察、接纳情绪，积极看待情绪的正向价值，有效应对生活和学习压力 | 初中高中学生  （适合团辅） |
| 26 | 我的初中/高中我做主 | 引导学生认识自我，规划学业发展，明确努力方向，改善当下的学习行为。 | 初一/高一学生 |
| 27 | 灿烂六月天——中/高考迎考心理调适 | 协助考生应对迎考过程中遇到的心理困惑，改善身心状态，助力考试。 | 初三/高三考生 |
| 28 | 在这花开的季节——与青春期女孩的心灵对话 | 帮助青春期的学生拨开心理迷雾，学会自我保护，接纳自己的成长。 | 初中女生 |
| 29 | 珍爱生命 拒绝毒品 | 帮助学生了解毒品的常见种类、严重危害、吸毒的成因及预防举措，引导青少年学会拒绝不良诱惑，珍爱生命，远离毒品。 | 初高中学生 |
| 30 | 解读快乐成长密码——青春期女生人际交往 | 青春期女生面临生理与心理变化的双重挑战，需要正确的价值引领和技巧指导。 | 七、八年级女生 |
| 31 | 与高中女生谈人生 | 引导学生正确看待人生，充分明确自己的人生目标，立志、立信、立德、立尊、立强，为大胆承担人生的不同角色而自强奋斗。 | 高中女生 |
| 32 | “表达性治疗”应用于考前减压 | 音乐、绘画等表达性艺术应用于大考的考前减压 | 高中/高职生 |
| 33 | 小升初适应性辅导 | 分析小学与初中的差异，帮助学生顺利渡过小升初的关键期。 | 初一 |
| 34 | 青春期心理辅导 | 帮助学生解决青春期困惑。 | 中学生 |
| 35 | 考前心理辅导 | 引导学生正确看待考试，学会用最佳状态应对考试。 | 初三 |
| 36 | 如何管理自己的情绪 | 引导学生以最恰当的方式来表达情绪。 | 中学生 |
| 37 | 例谈初中学生的育人观 | 在案例分析中感知初中生的特点，从而思考更科学的成长观。 | 初中生 |
| 38 | 学会时间管理，促进高效学习 | 引导学生学会科学合理的安排时间，提高学习效率，促进目标达成 | 初高中学生 |
| 39 | 学会情绪管理，有效应对压力 | 引导学生觉察、接纳情绪，积极看待情绪的正向价值，有效应对生活和学习压力 | 初高中学生（团辅） |
| 40 | 珍爱生命 拒绝毒品 | 帮助学生了解毒品的常见种类、严重危害、吸毒的成因及预防举措，引导青少年学会拒绝不良诱惑，珍爱生命，远离毒品。 | 初高中学生 |
| 41 | 坦然面对生命的激情 | 男生、女生的青春期教育 | 初高中学生 |
| 42 | 变化世界中的自我管理 | 中学生面对学习、生活的压力，学会情绪管理。 | 初高中学生 |
| 43 | 解读快乐成长密码——青春期女生人际交往 | 青春期女生面临生理与心理变化的双重挑战，需要正确的价值引领和技巧指导。 | 七、八年级女生 |
| 44 | 初中女生青春期教育 | 初中男生女生的心理变化，初中生异性交往的误区，初中生早恋现象的应对策略 | 初中女生 |
| 45 | 微笑面对校园人际关系 | 三个选题：1.藏在书包里的玫瑰（转角遇见他（她））------ 异性交往2.师生交往3打开心门交朋友（同伴交往） | 中学生 |
| 46 | 中考前心理讲座 | 三个选题：1只做正因，你的心才会很静2今日蓄志 静磨内功3考前压力管理 | 初三 |
| 47 | 入学高中，你准备好了吗？ | 高中生如何主动适应高中生的人际关系和学业架构学业特点和竞争。 | 高一学生 |
| 48 | 高考前心理讲座 | 三个选题：1只做正因，你的心才会很静2今日蓄志 静磨内功3考前压力管理 | 高三学生 |
| 49 | 我的情绪我做主 | 通过一些活动来感受学习情绪的变化，培养积极情绪体验，提高学习效率。 | 各年龄段学生 |

★注：一般注明“团辅”课程的最好不要超过50人，特殊情况可与授课老师商定后开讲。

**幼儿园家长培训课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 建立规则，培养习惯 | 父母如何帮助孩子建立规则意识，转变行为，形成良好的生活学习习惯 | 幼儿园家长 |
| 2 | 规避焦虑，给孩子安全感 | 父母如何淡定心态，给孩子充足的安全感，建立稳定温和的情感依恋。 | 幼儿园家长 |
| 3 | 赞赏是个技术活 | 不惩罚该怎么做，掌握赞赏的技术，让孩子主动发展。 | 幼儿园家长 |
| 4 | 培养独立自主的孩子 | 培养孩子生活自理、思维独立的方法技巧，培养孩子独立人格。 | 幼儿园家长 |
| 5 | 科学管教孩子的不良行为 | 读懂孩子不良行为背后的需求，不惩罚，如何科学管教孩子的不良行为。 | 幼儿园家长 |
| 6 | 爸爸决定孩子成长的高度 | 父爱缺失，孩子缺钙。爸爸对孩子成长的作用，如何做一位好爸爸。 | 幼儿园家长 |
| 7 | 读懂孩子 陪伴成长 | 关注幼儿身心特点，为孩子入园作好准备，陪伴孩子的成长。 | 幼儿园家长 |
| 8 | 幼小衔接 助力成长 | 指导家长做好幼儿园和小学一年级的衔接，培养孩子良好的学习习惯和生活习惯。 | 幼儿园大班家长 |
| 9 | 静等花开 相伴成长 | 引领家长在日常生活中，通过身传言教，改良生活方式与情感交流，对子女施以有效地教育影响，让孩子健康成长。 | 幼儿园家长 |
| 10 | 幼小衔接早准备 | 解读“入学准备”的核心内容，给父母简单易行的建议。 | 幼儿园大班家长 |
| 11 | 和孩子共成长 | 解读父母应该具备的家庭教育素养。建立三个观念，提供三个方法。 | 幼儿园家长 |
| 12 | 父母是孩子最好的老师 | 如何在小学起始年级抓好孩子的各项习惯，助力孩子成长。 | 幼儿园家长 |
| 13 | 如何正确处理孩子的负面情绪 | 处理孩子的负面情绪，在场景中实践正向引导，是父母的必备能力。 | 幼儿园家长 |
| 14 | 新父母高效陪伴的黄金法则 | 走出陪伴的误区，用好三种能力，让亲子陪伴更高效能。 | 幼儿园家长 |
| 15 | 适应分离：平稳度过入园焦虑期 | 孩子入园有不适应的行为表现、身体反应和情绪反应，家长通过8种方法，帮助孩子度过入园焦虑期 | 幼儿园家长 |
| 16 | 懂得孩子，懂得爱 | 引导家长遵循幼儿身心发展规律，读懂孩子的需求，无条件爱孩子，为孩子的人生发展奠基。 | 幼儿园家长 |
| 17 | 生活如此幸福，孩子逆商如何培养？ | 逆商信念“栽种”，“LEAD”工具训练，提升抗挫能力 | 幼儿园各年龄段家长 |
| 18 | “双减”背景下的亲子沟通智慧 | 时代背景下，家长要学、要懂的沟通法则，避免误区。 | 幼儿园各年龄段家长 |
| 19 | 抑郁低龄化与儿童 “心理营养”的缺乏 | 儿童“心理营养”不足与抑郁症的联系，“补心食谱”。 | 幼儿园各年龄段家长 |
| 20 | 与孩子沟通的智慧 | 良好的亲子沟通状态，能让亲子关系更和谐、更美好 | 幼儿园家长 |
| 21 | 好孩子是“惯”出来的 | 教育就是培养习惯。行之有效的习“惯”成就孩子一生 | 幼儿园家长 |
| 22 | 游戏是最好的教育 | 陪孩子玩是门大学问，最好的教育方式就是游戏 | 幼儿园家长 |
| 23 | 抓好入园第一年，  做最好的父母 | 孩子学习逐梦的起点和关键期，快和孩子一同成长吧 | 幼儿园家长 |
| 24 | 无痕连接 有备启航 | 如何做好幼小衔接的准备 | 幼儿园家长 |
| 25 | 和孩子一起快乐成长 | 家庭如何为小班新生入园孩子做好心理以及能力方面的准备 | 幼儿园小班  家长 |
| 26 | 父母是孩子最好的老师 | 如何在小学起始年级抓好孩子的各项习惯，助力孩子成长。 | 幼儿园家长 |
| 27 | 做会爱的父母 | 通过活动，让家长亲身体验，学会用正确的方法爱孩子。 | 30—50个家长 |
| 28 | 摸石过河——家教探索 | 通过活动，让家长探索寻找一条属于自己的家教之路。 | 30—50个家长 |

**小学家长培训课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 过好幼小衔接关 | 解读小学特点，帮助幼儿园家长提前做好入学准备 | 幼升小家长 |
| 2 | 走好小学第一步 | 一年级学生家长行为习惯培养、学习方法指导的具体策略 | 一年级家长 |
| 3 | 承前启后巧过渡，家校合作助成长 | 针对三年级学生身心特点，指导家庭教育的策略，促进顺利过渡 | 小学家长 |
| 4 | 家校合作，助孩子品学兼优 | 培养优良道德品质、行为习惯、学习方法，促进学生全面发展 | 小学家长 |
| 5 | 轻松跨越——小升初 | 指导六年级学生家长对孩子的科学指导和适当帮助 | 六年级毕业班家长 |
| 6 | 科学方法，走向高效学习 | 指导科学的学习方法，帮助孩子高效学习。 | 小学家长 |
| 7 | 有效阅读指导，轻松学好语文 | 指导课外阅读的家庭教育策略 | 小学家长 |
| 8 | 高情商，让孩子更受欢迎 | 指导家长培养孩子情商的具体策略 | 小学家长 |
| 9 | “双减”背景下的家庭养育 | 在“双减”教育背景下，父母支持老师，家庭教养方式的转变和优化。 | 小学低年级家长 |
| 10 | “双减”：父母的责任回归 | “双减”呼唤父母的责任回归，在家庭中夯实孩子的核心素养的养成。 | 小学中高年级家长 |
| 11 | 一年级家长的家庭教养使命 | 父母如何调整心态，为孩子打下能力准备、习惯准备，适应小学生活。 | 小学一年级家长 |
| 12 | 不吼不叫，养成孩子良好作业习惯 | 利用爱和规则，父母如何管理孩子作业的流程及方法指导，养成孩子良好作业习惯。 | 小学生家长 |
| 13 | 建设家校共同体，共育孩子好习惯 | 父母如何加强家校联系，形成合力，培养孩子良好的学习习惯。 | 小学生家长 |
| 14 | 积极有效的亲子沟通 | 父母如何掌握沟通技术，建设和谐的亲子关系。 | 小学生家长 |
| 15 | 三四年级是道坎 | 掌握中年级孩子的成长特点，培养孩子的全面核心素养。 | 小学三四年级家长 |
| 16 | 科学管教孩子的不良行为 | 读懂孩子不良行为背后的需求，不惩罚，如何科学管教孩子的不良行为。 | 小学生家长 |
| 17 | 帮助孩子跨越小升初 | 六年级学生学习的重点转化，父母如何引导孩子度过六年级。 | 小学六年级家长 |
| 18 | 合理限制孩子使用电子产品 | 过度使用电子产品的危害，科学上网，合理有限制地使用电子产品。 | 小学高年级家长 |
| 19 | 培养责任感，增强抗挫力 | 培养孩子责任感的原则、步骤和方法，增强抗挫力的途径和策略措施。 | 小学生家长 |
| 20 | 和孩子一起成长  ——初小衔接，我们能做些什么 | 小升初，是孩子成长的关键期。把握关键期敏感问题，为孩子的成长助力。 | 小升初家长 |
| 21 | 不负韶华：如何对孩子进行生命教育 | 从生命话题的误区到珍惜生命需要帮助孩子正确面对死亡。 | 小学家长 |
| 22 | 接纳力是新父母的第一能力 | 孩子的行为父母是否能合理接纳，用何种方式接纳是新父母的一门必修课 | 小学家长 |
| 23 | 读懂孩子的行为 | 观察孩子的行为，读懂行为背后的需求，进而对症下药纠正孩子的偏差行为。 | 小学家长 |
| 24 | 幼小衔接家长攻略 | 为了孩子迅速适应小学学习生活，家长需要明确孩子即将面临的六大变化和家长必须要做的四大准备 | 小学家长 |
| 25 | 怎么陪，孩子才肯学 | 家长具备三种能力，应对三种场景，在习惯培养中激发孩子自主学习 | 小学家长 |
| 26 | 影响学习成效的心理因素及应对策略 | 双减背景下孩子的学习成效是关键，家长掌握四要点，帮助孩子提高学习效率 | 小学家长 |
| 27 | 培养儿童社交能力 | 同伴交往是亲子交往经验的延续，如何帮助孩子与同伴和谐相处，家长必须知道五件事。 | 小学家长 |
| 28 | 好习惯终身受用 | 引导家长如何有效陪伴孩子，用心培养孩子的良好习惯。 | 小学低年级家长 |
| 29 | 和孩子一起成长——父母如何做好幼小衔接 | 让幼儿园大班的孩子能在父母的协助下顺利过渡到小学，爱上一年级，快速适应小学生活。 | 幼升小家长 |
| 30 | 阅读点亮童年——怎样让孩子爱上阅读 | 让父母正确认识阅读，了解不同年龄孩子的阅读特点，让孩子爱上阅读的原则和方法等。 | 小学家长 |
| 31 | 帮助少年起飞  做好初小衔接教育 | 帮助家长了解初中孩子的身心特点，如何引导孩子学会做人、学会学习。 | 六年级家长 |
| 40 | 父母是孩子最好的老师 | 如何在小学起始年级抓好孩子的各项习惯，助力孩子成长。 | 小学一年级家长 |
| 41 | 怎样让孩子爱上阅读 | 如何让孩子爱上阅读，养成一生的好习惯。 | 一二年级家长 |
| 42 | 一二三，一起走——家校协同共进 | 如何通过与老师协同，共同助力孩子健康快乐成长。 | 小学家长 |
| 43 | 家庭教育应该“教”什么？“育”什么？ | 透过一个学生的成长史看家庭教育应该“教”什么，“育”什么？ | 小学家长 |
| 44 | 优质教养，助力孩子健康上网 | 帮助家长学会优质教养方式，培养孩子健康上网习惯，避免网络成瘾 | 小学家长 |
| 45 | 用对方法，让孩子自主学习 | 帮助家长了解学习心理，有效助力孩子自主学习习惯的养成 | 小学家长 |
| 46 | 好好说话，让孩子“听话” | 帮助家长学会合理表达，让孩子听得进，听得懂，促进亲子关系和谐发展 | 小学家长 |
| 47 | 高品质陪伴助力孩子成长 | 认识高品质陪伴的内涵，助力家长学习良好的家庭教育知识和必要的科学育儿技巧，为孩子的童年成长奠定心理健康的基础。 | 小学中高年级家长 |
| 48 | 提升素养，和孩子一起成长 | 提升家长素养，用正确的方法来教育孩子，起到事半功倍的效果 | 小学家长 |
| 49 | 让阅读成为悦读 | 如何培养孩子的阅读兴趣，让阅读成为孩子们人生的朋友。 | 小学家长 |
| 50 | 亲子沟通的技巧 | 当父母与孩子之间发生冲突时，如何沟通，让亲子关系和谐。 | 小学家长 |
| 51 | 做会爱的父母 | 通过活动，让家长亲身体验，学会用正确的方法爱孩子。 | 30—50个家长 |
| 52 | 摸石过河——家教探索 | 通过活动，让家长探索寻找一条属于自己的家教之路。 | 30—50个家长 |
| 53 | 好习惯 好未来 | 引导家长理解好习惯的重要性，学习培养孩子好习惯的家庭教育策略。 | 小学低年级家长 |
| 54 | 好氛围 助成长——家庭心理氛围的优化 | 引导家长学习创设有利于孩子成长的家庭心理环境，让家庭成为孩子成长的沃土。 | 各阶段家长 |
| 55 | 做高EQ的父母 | 引导家长觉察自我情绪和识别孩子的情绪，学习情绪自我管理和帮助孩子正确处理情绪。 | 各阶段家长 |
| 56 | 好爸好妈助力孩子成长 | 了解孩子，改变教育观念，培养孩子良好习惯，助力孩子成长。 | 小学家长 |
| 57 | 用心呵护 静待花开 | 关注小学生身心特点，为孩子的发展做好准备，助力孩子的成长。 | 小学家长 |
| 58 | 陪伴阅读 为美好未来奠基 | 交流如何进行亲子阅读，分享培养孩子的阅读兴趣方法。 | 小学家长 |
| 59 | 和孩子一起成长——初小衔接，我们能做些什么 | 小升初，是孩子成长的关键期。把握关键期敏感问题，为孩子的成长助力。 | 小升初家长 |
| 60 | 做智慧父母，  护航孩子成长 | 一年级孩子的心理特点，培养孩子良好习惯，培养规则意识 | 小学一年级  家长 |
| 61 | 智慧陪伴  ——与孩子一起成长 | 陪伴的意义；陪伴的误区；陪伴原则；如何陪伴。 | 小学所有  年级家长 |
| 62 | 抓好注意力，  让学习效率翻倍 | 影响注意力的因素；提高孩子的注意能力的具体操作方法。 | 小学生家长 |
| 63 | 倾听青春期孩子内心真正的声音 | 青春期孩子的心理变化；如何做到理解青春期孩子；如何与青春期孩子沟通。 | 小学高年级  和初中生家长 |
| 64 | 如何与老师有效沟通 | 了解学校配备教师的原则，帮助孩子喜欢或适应每一位老师。 | 小学生家长 |
| 65 | 如何让孩子学会合作 | 如何从家庭、学校、社会三个维度，助力孩子合作能力的提升。 | 小学生家长 |
| 66 | 你是会学习的父母吗？ | 父母主动、批判地好好学习，孩子健康、积极地天天向上。 | 小学生家长 |
| 67 | 父母的格局 | 正确定位父母角色，帮助孩子掌握爱上小学生活的10个方法。 | 小学一年级新生家长 |
| 68 | 家校沟通，为孩子建桥OR拆桥？ | 家长如何通过言语和行为正确引导孩子，帮助孩子对学校、对老师和同学建立起良好的感情，从而帮助孩子拥有良好的学业心境。 | 小学家长 |
| 69 | 家庭式的学习能力培养 | 揭示孩子学习成绩好坏的原因，学科学习思维与家庭教养语言与家长思维模式的关系。作为家长可以操作的部分有哪些。 | 小学家长 |
| 70 | 行为习惯的训练与矫正 | 如何帮助孩子改掉坏习惯，如何帮助孩子建立良好的习惯。（谈具体的操作方法） | 小学家长 |
| 71 | 亲子沟通 | 如何说，孩子才会听？ 如何做，孩子才愿意信赖，并且听从建议接受帮助？ | 小学家长 |
| 72 | 家长如何说，孩子才会听 | 亲子有效沟通的方法，学会正确处理孩子的情绪。 | 小学家长 |

**初中家长培训课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 家校合力，开启初一生活 | 初一新生家长加强家校合作，培养孩子习惯，帮助孩子适应。 | 初一学生家长 |
| 2 | 家校合力，助力孩子成长 | 父母如何加强家校联系，形成合力，共同助力孩子成长 | 初中生家长 |
| 3 | 合理管控电子产品 | 过度使用电子产品的危害，科学上网，合理有限制地使用电子产品。 | 初中生家长 |
| 4 | 有效沟通，走近青春期孩子 | 父母掌握沟通技术，如何化解与青春期孩子的沟通障碍。 | 初中生家长 |
| 5 | 亲子情绪的调控疏导 | 父母觉察调整自己的情绪，如何识别和疏导孩子的情绪。 | 初中生家长 |
| 6 | 培养责任感,增强抗挫力 | 孩子责任感的源泉，培养孩子责任感和抗挫力的原则和方法，塑造坚毅个性。 | 初中生家长 |
| 7 | 做青少年父母，你需要掌握的新剧本 | 叛逆，是青少年的独立宣言，家有青少年的家庭，家长要学会尊重个体发展，适时退场。 | 初中生家长 |
| 8 | 青春期心理问题，你需要知道的危险信号 | 青少年寻求心理援助的常见原因，有很多共性，家长掌握几个危险信号，便不用在亲子关系里战战兢兢。 | 初中生家长 |
| 9 | 家有考生，家长的心里支持在哪里 | 中考的战场，家长的助力是最有效的。帮助孩子放松和鼓励孩子的自信同样重要。 | 中考生家长 |
| 10 | 亲子沟通技巧 | 如何加强亲子沟通，助力孩子成长，塑造幸福家庭。 | 初中生家长 |
| 11 | 做一名合格的新时代家长 | 新时代如何做一名合格的家长，需要家长思考、研究和掌握，培养优秀子女。 | 初中生家长 |
| 12 | 好习惯受益终身 | 学生进入初中以后，将好的习惯固定下来，将不好的习惯加以矫正，有利孩子成长、成才 | 初中生家长 |
| 13 | 尊重孩子，理解孩子的心理需求 | 家庭教育的方法指导 | 初中生家长 |
| 14 | 用爱和智慧与孩子一起成长 | 家校携手帮助孩子克服偏科等现象，助力孩子成长，培养孩子良好的学习和行为习惯。 | 初中生家长 |
| 15 | 例谈初中学生的育人观 | 在案例分析中感知初中生的特点，从而思考更科学的育人观。 | 初中生家长 |
| 16 | 优质教养，助力孩子健康上网 | 帮助家长学会优质教养方式，培养孩子健康上网习惯，避免网络成瘾 | 初中生家长 |
| 17 | 用对方法，让孩子自主学习 | 帮助家长了解学习心理，有效助力孩子自主学习习惯的养成 | 初中生家长 |
| 18 | 好好说话，让孩子“听话” | 帮助家长学会合理表达，让孩子听得进，听得懂，促进亲子关系和谐发展 | 初中生家长 |
| 19 | 做会爱的父母 | 通过活动，让家长亲身体验，学会用正确的方法爱孩子。 | 30—50个家长 |
| 20 | 摸石过河——家教探索 | 通过活动，让家长探索寻找一条属于自己的家教之路。 | 30—50个家长 |
| 21 | 好氛围 助成长——家庭心理氛围的优化 | 引导家长学习创设有利于孩子成长的家庭心理环境，让家庭成为孩子成长的沃土。 | 初中生家长 |
| 22 | 家有中/高考生 | 引导家长了解面临中考或高考的孩子的身心状态，成为孩子考试的有效助力。 | 中/高考家长 |
| 23 | 做高EQ的父母 | 引导家长觉察自我情绪和识别孩子的情绪，学习情绪自我管理和帮助孩子正确处理情绪。 | 各阶段家长 |
| 24 | 好好说话——青春期亲子沟通的有效策略 | 引导家长分析亲子沟通存在的问题，学习和谐亲子沟通的技巧，提升家长影响力。 | 青春期孩子的家长 |
| 25 | 树新家教理念，  做智慧型家长 | 针对当前家庭教育的一些误区，帮助家长树立现代家教新理念，促进孩子健康成长 | 初中生家长 |
| 26 | 目标管理，让家教有方向 | 掌握学习目标的制定原则、方法，帮助家长引导孩子制定切合实际的学习目标，实行过程管理，让目标引领家教方向。 | 初中生家长 |
| 27 | 任务清单，让家教有序列 | 了解任务清单的重要性，明确时间管理的科学方法与原则，用实例引导家庭珍惜时间，提高效率，制定并完成学习与生活的任务清单。 | 初中生家长 |
| 28 | 习惯培养，让家教有抓手 | 认识习惯，了解习惯的作用，明确良好的家庭教育习惯，走出初中孩子家庭学习不良习惯的误区，培养良好的家庭教育习惯。 | 初中生家长 |
| 29 | 规则意识，让家教有章法 | 认识规则的重要性，了解家庭教育中的规则，纠正家庭教育中不守规则的现象，帮助家长和孩子一起制定积极的家规家风。 | 初中生家长 |
| 30 | 适应技巧，小升初不纠结 | 初一孩子和家长适应不良的表现，初一家长应具备的心态，与孩子与老师沟通的技巧。 | 初中生家长 |
| 31 | 忧患意识，有挫折也从容 | 初中阶段孩子可能遇到的各种竞争与挫折，父母应该具备的科学心态，了解应对挫折的技巧。让孩子积极应对挫折。 | 初中生家长 |
| 32 | 初三毕业班学生的家庭支持 | 初三毕业班家长如何在精神和物质上给孩子提供家庭支持。 | 初中生家长 |
| 33 | 引导孩子做好初中三年规划 | 家长如何引导孩子做好初中三年的生涯规划，避免偏差。 | 初中生家长 |
| 34 | 如何营造良好的家庭教育环境 | 引导家长掌握家庭教育正确方法，营造和谐的家庭教育环境。 | 初中生家长 |
| 35 | 帮助孩子快速适应初一生活 | 家长如何帮助孩子消除进入初中的不适感，平稳适应初一生活。 | 初中生家长 |
| 36 | 家校沟通，为孩子建桥OR拆桥？ | 家长如何通过言语和行为正确引导孩子，帮助孩子对学校、对老师和同学建立起良好的感情，从而帮助孩子拥有良好的学业心境。 | 初中生家长 |
| 37 | 家庭式的学习能力培养 | 揭示孩子学习成绩好坏的原因，学科学习思维与家庭教养语言与家长思维模式的关系。作为家长可以操作的部分有哪些。 | 初中生家长 |
| 38 | 行为习惯的训练与矫正 | 如何帮助孩子改掉坏习惯，如何帮助孩子建立良好的习惯。（谈具体的操作方法） | 初中生家长 |
| 39 | 亲子沟通 | 如何说，孩子才会听？ 如何做，孩子才愿意信赖并且听从建议接受帮助？ | 初中生家长 |
| 40 | 从“失控”、“忍者神龟” 到情绪管理 | 1. 规范孩子的行为，从学会情绪管理入手。 2. 帮助家长建立家庭规范，让自己的言行更具有操作性和规范性。 | 初中生家长 |
| 41 | 倾听青春期孩子内心真正的声音 | 青春期孩子的心理变化；如何做到理解青春期孩子；如何与青春期孩子沟通。 | 小学高年级  和初中生家长 |
| 42 | 当孩子总是慢人一拍 | 慢一拍的原因，如何看待慢一拍现象；如何对待慢一拍的孩子。 | 小学所有年级家长 |

**高中、高职家长培训课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 合理管控电子产品 | 过度使用电子产品的危害，科学上网，合理有限制地使用电子产品。 | 高中生家长 |
| 2 | 树新家教理念，做智慧型家长 | 针对当前家庭教育的一些误区，帮助家长树立现代家教新理念，促进孩子健康成长 | 高中生家长 |
| 3 | 十个守护好考生心态的锦囊 | 高考是孩子面临的重大挑战之一，十二年的蓄力在此一搏。十个锦囊助家长知行合一，为孩子高考保驾护航。 | 高考生家长 |
| 4 | 优质教养，助力孩子健康上网 | 帮助家长学会优质教养方式，培养孩子健康上网习惯，避免网络成瘾 | 高中生家长 |
| 5 | 用对方法，让孩子自主学习 | 帮助家长了解学习心理，有效助力孩子自主学习习惯的养成 | 高中生家长 |
| 6 | 好好说话，让孩子“听话” | 帮助家长学会合理表达，让孩子听得进，听得懂，促进亲子关系和谐发展 | 高中生家长 |
| 7 | 好氛围 助成长——家庭心理氛围的优化 | 引导家长学习创设有利于孩子成长的家庭心理环境，让家庭成为孩子成长的沃土。 | 初中生家长 |
| 8 | 家有中/高考生 | 引导家长了解面临中考或高考的孩子的身心状态，成为孩子考试的有效助力。 | 中/高考家长 |
| 9 | 做高EQ的父母 | 引导家长觉察自我情绪和识别孩子的情绪，学习情绪自我管理和帮助孩子正确处理情绪。 | 各阶段家长 |
| 10 | 好好说话——青春期亲子沟通的有效策略 | 引导家长分析亲子沟通存在的问题，学习和谐亲子沟通的技巧，提升家长影响力。 | 青春期孩子的家长 |
| 11 | 家校沟通，为孩子建桥OR拆桥？ | 家长如何通过言语和行为正确引导孩子，帮助孩子对学校、对老师和同学建立起良好的感情，从而帮助孩子拥有良好的学业心境。 | 高中生家长 |
| 12 | 家庭式的学习能力培养 | 揭示孩子学习成绩好坏的原因，学科学习思维与家庭教养语言与家长思维模式的关系。作为家长可以操作的部分有哪些。 | 高中生家长 |
| 13 | 行为习惯的训练与矫正 | 如何帮助孩子改掉坏习惯，如何帮助孩子建立良好的习惯。（谈具体的操作方法） | 高中生家长 |
| 14 | 亲子沟通 | 如何说，孩子才会听？如何做，孩子才愿意信赖并且听从建议接受帮助？ | 高中生家长 |
| 15 | 从“失控”、“忍者神龟” 到情绪管理 | 1. 规范孩子的行为，从学会情绪管理入手。 2. 帮助家长建立家庭规范，让自己的言行更具有操作性和规范性。 | 高中生家长 |

**教师培训课程2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介** | **授课对象** |
| 1 | 关注心理安全，转化特殊学生 | 解读问题学生的心理、家庭成因，给教师提供转化策略的帮助。 | 小学/初中教师 |
| 2 | 教师的家校沟通能力 | 教师开展家校沟通的途径，如何与家长开展有效沟通，化解家校冲突。 | 小学/初中教师 |
| 3 | 与家长沟通的艺术 | 从五个策略入手，用实例解读与家长沟通的艺术。 | 幼儿园教师 |
| 4 | 携手同行，友你友我——教师减压团辅 | 通过活动朋辈互助，携手抗压，微笑面对生活。 | 所有教师（团辅） |
| 5 | 遇见更阳光的自己 | 通过活动体验多元生活，用更阳光的心态，更智慧的方式迎接新的一天 | 所有教师（团辅） |
| 6 | 系统观在家校沟通中的运用 | 家校沟通的是未来学校教育中重要的一环，重视沟通的效果，除了讲究话术，也需要有正确的站位和系统观。 | 所有教师（团辅） |
| 7 | 知识的力量 | 最好的输入，是输出；最佳的成长，是分享。 | 小学教师，100人 |
| 8 | 厚植学校沃土  培育荷香满园 | 谈班主任的专业成长 | 小学班主任 |
| 9 | 班主任的N项修炼 | 做班主任，仅有“爱心”和“责任心”是不够的，还要修炼N项技能，走上专业化发展道路。 | 小学班主任 |
| 10 | 怎么说，家长才会听？ | 只有真正站在别人的角度，你才可以真正得到信任、实现绩效。 | 小学班主任 |
| 11 | 一二三，一起走——家校协同共进3.0版 | 建设班主任、任课教师、学生、家长发展共同体，互相成就。 | 小学班主任 |
| 12 | 让孩子爱上班级文化 | 环境塑造人，环境改变人。让班级的文化环境对潜移默化地改变学生。 | 中小学班主任 |
| 13 | 做一个智慧的班主任 | 注重小事，着眼细节，让学生在温暖的班集体中收获幸福和快乐。 | 小学班主任 |
| 14 | “我的舞台我做主”——谈班级自主管理 | 利用学生的自主意识，让每个学生主动参与到班级管理中。 | 中小学班主任 |
| 15 | 寻找幸福之源 | 通过体验活动，让老师自我觉察，感受幸福，赋能减压。 | 所有教师 |
| 16 | 在团体中成长 | 通过体验活动，让新教师在新的团体中相识、相知，共同成长。 | 新教师团体 |
| 17 | 幸福老师修炼手册 | 了解自己，了解当今孩子和家长；如何智慧地管理学生 | 小学教师 |
| 18 | 知识的力量 | 最好的输入，是输出；最佳的成长，是分享。 | 小学教师，100人 |
| 19 | 班级管理中的心理学 | 帮助班主任分析班级管理的影响因素，巧用心理策略提升管理效应。 | 中小学班主任 |
| 20 | 教师压力管理团辅 | 帮助教师消除职业倦怠，正确认识自我，分析压力源，学习抗压心理策略。 | 中小学教师30人 |
| 21 | 班主任工作中的沟通艺术 | 通过探讨、演练等互动方式分析班主任工作中的沟通问题，提升班主任的沟通能力。 | 中小学班主任 |
| 22 | 阳光的味道——班主任工作的几点思考 | 探讨班级文化建设、师生关系建立、家校沟通桥梁建造等问题 | 初中班主任 |
| 23 | 校园心理危机干预与预防 | 经济飞速发展的时代，校园特殊事件频发。校园心理危机干预，尤其是预防工作，需要前瞻性的思考和学习。 | 初中部班主任 |
| 24 | 班级管理中的智慧与策略 | 建设班主任、任课教师、学生、家长发展共同体，互相成就。 | 初中班主任 |
| 25 | 阳光的味道——班主任工作的几点思考 | 探讨班级文化建设、师生关系建立、家校沟通桥梁建造等问题 | 初中班主任 |
| 26 | 寻找幸福之源 | 通过体验活动，让老师自我觉察，感受幸福，赋能减压。 | 所有教师 |
| 27 | 在团体中成长 | 通过体验活动，让新教师在新的团体中相识、相知，共同成长。 | 新教师团体 |
| 28 | 让孩子爱上班级文化 | 环境塑造人，环境改变人。让班级的文化环境对潜移默化地改变学生。 | 中小学班主任 |
| 29 | 做一个智慧的班主任 | 注重小事，着眼细节，让学生在温暖的班集体中收获幸福和快乐。 | 小学班主任 |
| 30 | “我的舞台我做主”  ——谈班级自主管理 | 利用学生的自主意识，让每个学生主动参与到班级管理中。 | 中小学班主任 |
| 31 | 班级管理中的心理学智慧 | 根据学生的心理特质和心理需求进行管理。 | 中学班主任 |
| 32 | 校园心理危机干预与预防 | 经济飞速发展的时代，校园特殊事件频发。校园心理危机干预，尤其是预防工作，需要前瞻性的思考和学习。 | 初中部班主任 |
| 33 | 后疫情时代的教师情绪管理 | 1. 后疫情时代解读 2. 教师情绪管理的自我提升 | 中小学教师 |
| 34 | 师生互动  ---知几解彼的沟通艺术 | 1. 当代学生特点分析 2. 针对现实，选择方法 | 班主任 |
| 35 | 叛逆学生成因及应对策略 | 青少年叛逆原因剖析  中学生逃学应对策略  中学生逃学案例展示 | 中学教师 |
| 36 | 巧妙沟通 家校共赢 | 初中班主任与家长沟通的原则、方法；家校沟通舆情处理。 | 初中班主任 |
| 37 | 智慧沟通 师生共长 | 初中班主任与学生沟通的原则、方法；师生矛盾的舆情处理。 | 初中班主任 |
| 38 | 妙语如珠 同伴互助 | 初中班主任与同事沟通的原则、方法；同事矛盾的舆情处理。 | 初中班主任 |
| 39 | 班主任入门小技巧 | 初中任班主任的形象系统、语言系统、知识系统、道德、能力要求；常见的班级管理问题及处理办法。 | 初中班主任 |
| 40 | 班主任专业成长 | 初中班主任班级管理能力的解读，专业素养的提升，基本功竞赛水平的提高 | 初中班主任 |

★注：一般注明“团辅”课程的最好不要超过50人，特殊情况可与授课老师商定后开讲。

**法治教育课程（包含法律、禁毒、校园欺凌、防性侵等）2021.10**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序**  **号** | **课程主题** | **内容简介（20字左右）** | **授课年段**  **对象人数** |
| 1 | 远离伤害 快乐成长（自护及犯罪预防） | 案例小故事引导学生远离伤害，快乐成长。 | 中小学生 |
| 2 | 当青春期的懵懂遇上法律的无知（自护及犯罪预防） | 普及法律常识，认知第二叛逆期。 | 中小学生 |
| 3 | 法治同行——你可能不知道的法律（犯罪预防） | 增强法治意识，抵制违法犯罪。 | 高职中 |
| 4 | 我的身体我做主（防范性侵） | 树立权利及归属意识，面对侵害时大声说“不”。 | 幼儿园、小学低年级 |
| 5 | 守护青春、静待花开（女生版）（防性侵） | 正确辨析、防范性侵害行为，学会自我保护。 | 小学高年级、初高中 |
| 6 | 你所不知道的性与罪（男生版）（防性侵） | 培养青少年法律意识，引导正确看待“性”。 | 小学高年级、初高中 |
| 7 | 揭开面纱（家长版）（防性侵） | 教授家长引导未成年人提升性侵防范意识。 | 中小学家长 |
| 8 | 分清角色，拒绝出演校园暴力片（防范校园欺凌） | 杜绝校园欺凌，学会自护。 | 中小学生 |
| 9 | 小小动画片中的法治大道理（防范校园欺凌） | 剖析违法行为成因，提高防范意识。 | 小学低年级 |
| 10 | 莫让“网”事不堪回首（网络安全） | 网络安全课程：网络便利生活，网络安全更要知晓。 | 中高职学生 |
| 11 | 我们与毒品有多近（禁毒） | 毒品犯罪教育课程：远离毒品，健康快乐一生！ | 高职学生 |
| 12 | 模拟法庭（植入法律理念） | 模拟法庭课程：角色体验方能感受法律庄严，进而敬畏法律、崇尚法律！ | 小学高年级、初高中 |
| 13 | 加强家庭法治教育，培育新一代守法新人 | 从家长、学校、学生等多角度出发，加强家庭法治教育，抛砖引玉，以期对整个社会的法治进程有所贡献。 | 中小学生 |

**备注：法治教育课程由武进区检察院、法院、司法局的干部主讲。**