# 2024年健康教育的研究论文 心理健康教育论文(大全9篇)

来源：网络 作者：柔情似水 更新时间：2025-05-07

*健康教育的研究论文一社会上的竞争日益激烈，导致一些高职生出现了一定的心理问题，对心理健康产生一定的影响。因此，高职教育应该积极开展心理健康教育活动，将心理健康纳入教育系统中，对学生出现的各种心理问题进行及时地排解。本文从现今高职生心理健康教...*

**健康教育的研究论文一**

社会上的竞争日益激烈，导致一些高职生出现了一定的心理问题，对心理健康产生一定的影响。因此，高职教育应该积极开展心理健康教育活动，将心理健康纳入教育系统中，对学生出现的各种心理问题进行及时地排解。本文从现今高职生心理健康教育的现状出发，探讨高职生心理健康教育的有效方法，以期为今后开展的心理健康活动提供一定的依据。

高职生;心理健康教育;方法

高职生属于大学生群体的一部分，他们与其他的大学生具有相似的心理特点。首先，自我意识得到一定的增强，但还未发展成熟；其次，随着年龄的增长，人生观、世界观以及价值观都已经基本形成，但还不够稳定，易受到外界环境的影响；再次，思维方式得到一定的发展，但在具体评判一件事物的时候，容易带上主观性；四是情感得到一定的丰富，但情绪受到外界的影响大，易发生波动；最后，高职生的意志水平得到一定程度的发展，但稳定性不够等等。由于高职教育的生源较为多样，学生成绩大多不佳，且高职教育的教育目标和普通高等教育的教学目标存在一定的区别，因此高职生的`心理状态和普通大学生相比，也有一定的特点。在高职生中开展心理健康教育的同时，需要根据其具体特点进行相应的心理健康教育。

1.整体心理健康水平不高。高职生处于后青年时期，各方面开始趋向成熟。但是从心理健康层面来说，很多高职生心理状况存在一定的问题，对其工作以及生活都产生一定的影响。另外，由于一些高职生的成绩不好，被当作“问题生”，打架、斗殴等情况时有发生，处理问题较为冲动。这些问题如果得不到及时处理，不仅会使学生的健康成长受到一定的影响，严重的情况下，还会导致学生出现一定的人格障碍，做出不利于社会和谐发展的事情来。

因此，教师在发现高职生的心理问题时，需要对其进行及时处理，帮助高职生疏解心理问题。

2.适应能力以及抗打击能力较差。

就目前来看，社会上对于职业教育存在一定的理解偏差，导致一些进入高职院校的学生学习成绩不好。正是由于这种成绩的挫败感以及社会上的理解偏差，导致很多学生进入高职院校学习之后，对学校学习缺乏主动性以及认可度。很多学生长期处在失败感之中，对正常的学习、人际交往都缺乏热情。一般来说，这些学生都程度不一地存在敌对、人际交往障碍等问题。这些问题长期发展下去，会导致学生的心理状态出现一定程度的偏差，不利于健全人格的发展。

3.就业压力导致出现心理压力。现今，我国的高等教育被大力推进，大学本科毕业生的数量得到迅速增加。另外，在这一时期，国企在进行积极改革，社会上产业结构在进行积极调整，社会上的劳动力数量得到显著增加。

在这种情况下，高职生面对的就业压力更大了，很多人毕业就面临着失业。这样的就业形式，导致很多的高职生心理产生紧张、焦虑、不安等情绪，对学生正常的生活以及学习产生了影响。

1.将心理健康教育活动规范化、体制化。高职院校要想对学生的心理健康教育有明确地掌握，就需要将心理健康教育体制化，将心理健康教育融入系统化的教学活动。课堂教学是开展心理健康教育的主要途径，因此学校可以将心理健康教育活动课程化，根据一定的课程计划开展各项心理教育活动。学校根据心理健康活动的主要目标进行教材的编写，使心理健康教育的实际可操作性显著增强。通过心理健康教育活动，学生掌握一定的心理健康知识，提高对自身心理状况的掌握程度。通过这样的方式，学生参与心理教育的积极性得到显著增强，能正确认识自我。

2.开展全方位的心理指导。学校在高职学生中开展的心理咨询活动的主要特点是调适性以及发展性，且心理教育活动遵循的是一种教育方式，而不是一种医学方式、治疗方式。在进行心理咨询的同时，老师需要具有发展的眼光，对求助者的各种心理问题都可以提供好的建议与意见，引导其正确处理自身所存在的心理问题。在高职院校开展的心理教育活动，其主要的目标是提高全体学生的心理健康水平，从而使自身的内在潜力得以充分发挥。学校在高职生中开展健康教育，使学生的自我调控能力以及环境适应能力得到显著增强。

从现今的情况来看，学校应该将高职院校中开展的心理健康教育活动从以前的对各项心理疾病的诊断治疗转化到各项心理疾病的预防以及全面提高学生的心理素质上。在心理健康教育完成之后，学校需要对学生的心理状况建立健康档案，对其进行分类整理，分析现今高职生中所普遍共有的心理问题，对得出的相关问题进行及时处理，以提高高职生整体的心理素质。

综上所述，现今环境的变化较大，高职生处于一种受到外界环境影响较大的年龄阶段，因此，他们中的很多人会存在不同程度的心理问题，对日常的生活以及学习会产生一定的影响。针对这种情况，高职院校需要根据学生的年龄特点以及实际心理问题，开展心理教育活动，帮助学生提升心理健康水平。

[3]林琳，柯晓扬，袁忠霞.提升高职学生心理健康教育的新思考[j].教育教学论坛，20\_.

作者:张先锋 高春鸿 单位:西安铁路职业技术学院

**健康教育的研究论文二**

在实现素质教育的过程中，教师发挥着不可替代的作用。在数学教学过程中，教师如何改变教育理念，改进教学方法，从而激发学生的学习热情和创造力就成为一个特别值得关注和思考的问题。

一、树立科学的教育理念，引导学生树立正确的学习观

素质教育注重培养学生的综合素质，因此，数学教师在教学过程中要积极转变教育理念，注重培养学生的身体素质、心理素质、文化素质和社会素质的协调发展。教师有责任也有义务帮助学生树立正确的学习观，加强与学生的交流和沟通，引导学生认识到学习知识的重要性，使学生产生强烈的求知欲望，以期树立“我要学”、“我想学”的正确学习观。如果数学老师能够培养学生树立正确的观念，最大程度是激发起学生的学习热情，那么就可以将枯燥的初中数学转化为一种有趣的求知。

二、在具体的数学教学过程中，注重教学方法的改进，实现教师与学生的良性互动

(一)注重引导开发，发挥学生的主体作用

过去“填鸭式”的教学模式抑制了学生学习的主体能动性，对此应当转变教学模式，发掘学生潜能，培养学生学习数学的兴趣，实现引导式教学。学生学习数学，只有通过自身的思维活动、操作活动并转化为内心体验后，才可能是最有效的，因此，在教学活动中，必须充分尊重学生的主体地位和在认识活动中的能动作用。譬如，数学教学过程中对定理、公式的推导，如果引导学生找出一些例子，然后从例子中归纳总结相应的定理、公式，这样学生按照自己的思路推导出来的公式，必然印象更深刻，理解也更充分。如果再次遇到类似的情况，学生不至于手足无措，可以按照自己的想法去推理而非生搬硬套公式，这种教学模式无疑在很大程度上调动了学生学习数学的积极性，变简单地灌输数学符号、图形、公式为主动建构新知识结构。

(二)培养学生正确的数学学习方法和思维方式

1.数学的学习讲究一定的方法，只有遵循一定的规律和程式，才能更好的学习。首先，在数学的教学过程中要督促学生课前预习所学的内容，在预习阶段提出问题、了解难点，这样听课就会更有针对性。其次，数学教师应当对学生如何听课提供指导和帮助，致力于提高学生的听课质量。例如，在授课过程中要及时提醒学生那些是重点，哪些是难点，如何去推理，如何练习巩固等。长此以往，学生就会自然养成上课专心听讲，下课积极练习巩固的良性互动机制。同时，教师应当鼓励学生多提问题，积极提问，这样有利于数学学习中发散性思维的培育。当然，对于学生的问题和回答，教师应当认真、耐心的听取，对学生的回答给与及时的点评。

2.素质教育教学的目的在于培养学生的创造性思维，因此在数学的学习过程中应特别注重学生解题方法的培养。方法主要有如下几种：

第三，类比法即将多个事物结合在一起，进行调查研究，得出此类事物之间的异同。一个问题的提出和解决，不是学生学习的目的，只有使学生对相似的问题形成一定的思路和方法时，才能触类旁通，灵活运用所学的知识。毋庸置疑，这些方法对于数学的学习者来说都是至关重要的，应当积极领会不同解题方法的真谛，积极拓展学习思维。

(三)改进教学方法，提高教学水平

教师在教学过程中，一定要注意如下几点：

1.数学是一门应用性很强的学科，教师应当致力于培养学生将理论应用于实践的品质。在授课过程中，经常例举一些常见的事例，不仅可以启发学生学习的兴趣，还可以引导学生解决实际问题。

2.提倡“以人为本”的理念，注重因材施教。每个学生的个性不同，能力水平各有高低，因此，在教学过程中教师对每一位学生的特殊情况都应予以关注。针对每个学生的特点，采用不同的引导方式，鼓励每个学生创新和求异，激发每个学生的学习兴趣和潜能。

3.教学设计方案应当符合思维的正常规律，最大程度调动学生的学习热情。数学是一门逻辑性很强的学科，对于如何推进思维、如何拓展思维，都应当遵循一定的规律。

三、应当完善学校的教学设施，积极运用多媒体，提高教学质量

网络教育资源，及时收集资料、获取相关信息。

总之，要在初中数学的教学过程中，实现素质教育的愿景，必须注重教师与学生各自主观能动性的发挥。那么教师在教学活动中，对教育理念的认知与理解程度，以及如何践行、如何开发新的理路资源，就显得尤为重要和迫切。此外，教师应当充分尊重学生的主体性，努力培养学生学习数学的热情，从而形成互动交流式的数学学习模式。

**健康教育的研究论文三**

摘要：无论是学校教育还是家庭教育，一直都更重视儿童的智力发展，注重给儿童提供充足的物质条件，但对儿童的“爱”的培养和道德建设却有所欠缺。因此，我们对儿童施以“爱”的教育，通过有针对性的教育和引导，激发儿童积极主动的“爱”的潜能，培养友善的人际关系，为其心理健康发展奠定基础。

关键词：爱；心理；健康；幼儿；

陶行知先生曾说过：捧着一颗心来，不带走半根草去。可以说爱的教育是人类教育的基本原则和方法，陶行知先生的“爱满天下”，恰恰是把爱的教育发扬光大。现如今，无论是学校教育还是家庭教育，一直都更重视儿童的智力发展，注重给儿童提供充足的物质条件，但对儿童的“爱”的培养和道德建设却有所欠缺。因此，我们对儿童施以“爱”的教育，通过有针对性的教育和引导，激发儿童积极主动的“爱”的潜能，培养友善的人际关系，为其心理健康发展奠定基础。

1、以“爱”融入教学活动，激发儿童“爱”的意识

1、在语言活动中引导幼儿体验情感

《纲要》中指出：“引导儿童接触优秀的儿童文学作品，使之感受语言的丰富和优美，并通过多种活动帮助儿童加深对作品的体验和理解。”

文学作品如散文、绘本故事是通过情节和情感的描写，在感受人物情感的过程中，激发儿童“爱”的意识，从而成为情绪稳定、感觉敏锐、情感丰富、情操高尚的人。因此教师在传授初浅的知识和技能的同时，应该把“爱”的教育融入其中。如语言活动“礼物”，在设计此活动时制定的目标：

（1）理解故事内容，体验是中悲痛、伤心、感激的不同情感；

（2）懂得帮助别人是见快乐的事情。通过欣赏故事及提问：小兔、小狗、小象三个小动物，你喜欢谁？不喜欢谁？为什么？使儿童体验故事中喜、怒、哀、乐的四大情感，从而获得积极情感的积累。通过谈话、讨论：听了这个故事你有什么想法？你有没有帮助过别人？帮助别人后你心里怎样？有效地把语言活动中获得的经验自然迁移到日常生活中去，同时使儿童获得帮助别人就会快乐自己的积极情感体验。

2、在艺术活动中引导幼儿体验情感

新《纲要》也指出儿童期要用各种艺术手段激发他们去表达自己的情感，去体验美、创造美。儿童的艺术创作不仅体现了他们现有的知识，还将他们自己的思想和情感也融入其中。

3、在主题活动中引导幼儿体验情感

例如，在开展《秋叶飘》这个主题活动时，教师可以让小朋友观察儿童园和周围环境在秋天的变化，再带领儿童散步、观察、拾落叶、捉小虫，树叶飘落的情境也与儿童跃动的心灵相契合，户外活动时孩子们追逐忽上忽下的落叶，喜悦的心情溢于言表。随风飘舞的、五彩缤纷的树叶就是一方天地、一个世界。儿童一起进入树叶世界，探究、发现、思考、想象、表现……这些都能激发起孩子们热爱自然和热爱生活的情感。

2、以“爱”贯穿日常生活，培养儿童“爱”的能力

感受和体验是儿童最直接获得行为品质的途径，儿童只有在各种活动以及与同伴的相互交流合作中才能获得最为真实的感受和体验。日常生活是情感自然显露的时刻，生活需要交流，各种良好的情感可以通过日常生活中的点点滴滴的小事进行培养。

例如，芊芊已经连续几天没来幼儿园了，当小朋友们得知她病了时，都会问：“老师，芊芊一定很不舒服吧？”“芊芊一定会想我们的。”“我真想跟芊芊一起玩呀。”孩子们有许多问题，教师就抓住这个时机并建议：我们讨论一下怎么去关心芊芊？这一下，孩子们你一言我一语，有的说给芊芊发视频，有的说去家里探望她，有的说买水果送给芊芊。孩子们你争先恐后地说着自己的想法，体现出了他们对小伙伴的热情，在这过程中，孩子们懂得了关心他人，爱心意识进一步增强了。

除此之外，还可以利用生活中的各个环节，结合偶发事件，及时捕捉教育的契机，加强情感的随机教育，树立榜样，进行正面积极的情感教育。同时采用体验各种不同情感的方法，让儿童在受挫过程中，通过角色转换、多角度地加以体验，从而取得良好的效果。

3、以“爱”开展家园互动，促进儿童心理健康发展

1、利用家庭资源对儿童进行情感培养

家庭是儿童成长最熟悉的环境，是人生旅途的第一站，对人一生的成长具有举足轻重的作用。给家长提供一些关于儿童爱的教育的学习材料———如父母相互尊重，能妥善处理自己的情绪，不仅能给孩子一个温馨的生活氛围，得到来自家庭的关心爱护，获得爱和尊重的生活经验，产生乐观主动的积极情感，而且也为孩子提供处理消极情绪的榜样。

2、利用社区资源对儿童进行情感培养

“三八”国际妇女节时，为让儿童意识到母亲的伟大，激发儿童的对妈妈的爱，我们邀请了几位妈妈到幼儿园，给孩子讲讲是如何养育他们的。“五一”时，让儿童了解各行各业人们的生活与工作，尊重他人的劳动成果，敬佩之情油然而生。重阳节时，带大班的孩子参观敬老院，为老人们表演节目，是儿童萌发对长辈的关爱之情。这些活动的开展，极大地激发了儿童爱的情感，让孩子们用实际行动来表达爱，在体验爱的过程中孩子们也一定学会了奉献爱，促进儿童心理的健康发展。

南师大教育科学院赵寄石教授曾指出：培养人要从情感教育入手。心理学家戈尔曼说过：“情感决定着我们潜能的发展程度，决定着我们的人生成就。”爱是儿童心理健康发展的基础，能使儿童获得安全感、满足感和幸福感，能促进儿童心理得到健康发展。为了使祖国的下一代健康的成长，我们将长抓不懈，对儿童进行爱的教育。

参考文献：

[1]钟洪.幼儿心理健康教育问题探讨[j].今日南国（理论创新版），.2.

[2]田立德.第一讲幼儿心理学概述[j].教育探索，1985.1

[3]周文.促进幼儿心理发展的教育干预实验[d].云南师范大学，.

**健康教育的研究论文四**

青少年是祖国的新鲜血液，因此，在体育教学中培养青少年的体魄强健、意志坚强、身心健康是重中之重。一直以来，我国的学校体育已经取得了很大的突破，尤其是现在学校的“蛋奶工程”使青少年的营养水平和形态发育水平不断提高。但是，我们必须清楚地看到，现在学校的教育为片面的追求升学率，经常忽视了体育课的重要性，甚至出现抢占体育课的现象，导致学生学习任务重，缺少锻炼时间，致使青少年各项体能指标持续下将，调查表明城市中超重和肥胖青少年的比例明显增加。长此以往，将严重影响青少年的健康成长。

二、认真研究教材、教法

新课标中指出要注重学生的终身体育，因此，在体育教学中我们要以增进学生健康为目的，打破传统的偏重竞技体育项目的教学模式，多补充一些大众化的体育内容，如健美操、广场舞、太极拳等项目，因地制宜开发一些当地的特色体育。为学生灌输终身受益的体育知识，注重对学生掌握体育锻炼方法的培养，总之，教材的内容要与时俱进，教法要不断创新改进，以提高体育教学质量和效益。

三、要重视学生的自身发展

受遗传以及后天的营养等各方面的影响，学生的体质不同，具有个体的差异性。而我们的体育教学主要是培养学生养成良好的体育习惯，掌握一定的体育知识，掌握一定的体育锻炼方法，平时能积极主动地参与体育活动，具有体育的实践能力、娱乐能力和观赏能力，使学生的身体和心理都能健康地发展。因此，在体育教学中，教师要根据学生的个体差异性，平等地对待每一位学生，给学生一个适当的机会，不同的学生有不同的要求，提高学生对待体育锻炼的自信心，促进学生生理和心理的全面发展。

四、让学生在快乐中体会健康的生活

体育教学提倡的口号是“我运动，我快乐”。只有学生对体育锻炼充满了兴趣，感受到体育锻炼的快乐，我们的体育教学才会发挥出事半功倍的效果。而快乐体育主要是让学生通过体育活动体验到运动中的快乐，使学生能积极主动地参与到体育锻炼之中，给学生营造一个轻松、快乐的氛围，使学生在欢乐中获得体育运动知识、技能，增强体质，塑造个性。青少年时期是身心发展的关键时期，是形成正确生活意识以及良好生活习惯的主要时期。而体育运动正是一种促进身心健康发展、积极进取、文明向上的一种的生活方式，因此体育教育是重中之重。

五、重视学生的心理健康培养

现代生活中受家长以及社会各方面的影响，学生的压力越来越大，面对这样的问题，学生的心理健康状况越来越值得我们关注。在体育教学中，教师要面向全体学生，尤其要多关注问题学生，给予爱的关怀，多鼓励、少批评，找到其闪光点，帮助其树立简单的目标，使其感到成功的喜悦，逐渐树立自信心，慢慢消除学生的消极心理，增进学生的心理健康，使其积极向上，不断发展。总之，健康教育是中学体育教育的重中之重，我们要积极全面地开展“阳光体育活动”，认真落实好《学校体育工作条例》，为学生的终身体育打好基础，给祖国的未来一片温暖的阳光。

**健康教育的研究论文五**

一、煤炭企业新入职员工心理健康调查的研究设计

我们选取山西晋煤集团宏圣公司新入职员工230人，对其心理健康现状进行问卷调查。采用症状自评量表(scl-90)，该量表有90个自我评定项目，包含可以分别反映心理健康的9个因子：躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执及精神病性。症状自评量表分为5个级别(1―5级)，5=严重、4=相当重、3=中度、2=轻度、1=从无。计分方法为总分是90个项目所得分之和，超过160分，可考虑筛选阳性。任一因子得分超过2分即被界定为阳性，说明可能存在该因子所代表的轻度心理问题，超过3分说明可能有较明显的心理问题，超过4分说明可能有严重的心理问题。

研究的方法是以问卷调查法为主，对资料进行统计分析。采取的.统计软件为spss17.0，将数据逐一录入建立好的excl数据表中，先进行简单的统计，然后将excl数据输入统计软件spss17.0，进行二次核对数据，并在核对无误后进行统计分析。

二、新入职员工心理健康整体水平

由此表可知，在强迫症状、抑郁、恐怖和偏执四个因子上，男性员工与女性员工的差异有统计学意义(p0.05)，女性在强迫症状、抑郁、恐怖和偏执的程度上显著高于男性，在其它的各因子中，男女性的差异无统计学意义(p0.05)。

从表中可以看出，各因子分均低于煤炭井下工人，其中躯体化、敌对、恐怖、偏执四项存在极其显著性差异(p0.01)，表明新入职员工的心理健康水平总体上是非常好的。

新入职员工男生与女生心理健康的差异分析。女性在恐怖、偏执、强迫症状和抑郁的程度上显著高于男性。女性与男性相比较，首先有生理方面的差异，其次是传统的家庭教育方式的影响，最后受社会其它传统因素的影响，使男生与女生心理健康存在差异。新入职员工与煤炭井下工人结果作对比，结果显示，各因子分均低于煤炭井下工人，表明新入职员工的心理健康水平总体上是非常好的。

三、新入职员工心理健康调查对思想政治工作的影响

新入职员工是企业的新鲜血液，代表着新生代的思想，因此，新入职员工的心理健康水平对企业发展非常重要。而目前来说，煤炭企业面临行业下滑等形势，使煤炭行业的员工思想极其不稳定，人心惶恐，经常会有上访事件发生，给企业思想政治工作带来了挑战，因此，加强对新入职人员的心理调查，对新生代员工能够精准把脉，找准新入职员工心理状况，能给思想政治工作者带来科学依据，从而知道从何下手去做好企业思想政治工作，保障企业平稳发展，为企业解危渡困提供坚实基础。

四、提高新入职员工心理健康水平的建议

此次调查显示，煤炭企业新入职员工的心理健康总体水平比较好。然而，为了进一步提高新入职员工心理健康水平，更好地开展思想政治工作，有必要提出以下建议：

一是加强对新入职员工的人文关怀。以人为本，打破常规，将专业的心理咨询与思想政治工作相结合，提升新入职人员的幸福感，使他们拥有健康快乐的人生。在日常工作中，充分肯定新入职员工的尊严和人生作用，保障合法权益，尊重新入职员工的劳动，让他们参与到煤炭企业的管理中，听取他们对企业的经营战略、方针目标上的建议和意见，注重他们的价值体现，提高他们的社会地位，鼓励他们在岗位上成长为技术能手，企业不可缺少的一份子。在生活中，关心他们的所需所求，衣食住行，婚、丧、嫁、娶以及一些突发状况。在节日期间，利用思想政治工作的法宝，开展交谈、家访、帮扶、探望等，经常性的了解新入职员工的工作、生活、家庭、思想情况，针对性的开展思想教育，让他们切实感到组织的关心和关怀，使新入职员工能够找到归属感，安心地在工作岗位上尽职尽责。在制度建设方面，要依法保护新入职员工的合法权益，在劳动用工上保障他们的工资待遇，请假及年休制度，改善福利，加强劳动保护，努力创造良好的工作条件。丰富新入职员工的业余文化活动，经常搞一些演讲赛、诗朗诵、文艺体育活动，陶冶新入职人员的心灵，让他们忙碌起来，动起来，真正发挥出自己的光和热。

二是对新入职员工加强情绪管理。对煤炭企业来说，要加强新入职员工的情绪管理。在新入职员工进入岗位前，企业应讲解自我情绪管理，让新入职员工改变自己的观念，能够以乐观的态度去看待煤炭企业的形势，思考煤炭企业目前的现状，与企业共同想办法，共同努力，共度难关，正确面对自己的负面情绪，如在工作之余，做“嘻哈功”、深呼吸、生理平衡等，减轻负面情绪，以乐观向上的心态投入到工作之中。

三是为新入职员工设计个人职业规划。个人职业规划是新入职员工通过对个人职业进行主客观原因分析、测定和总结，确定个人职业的奋斗目标。建立阶梯型、通道型的职业生涯规划模式，让新入职员工对自己的前途更有信心、方向感更加明确。企业要建立管理岗位、技术岗位和业务岗位三条发展途径，管理岗位的划分为副队级、正队级、副科级、正科级、副处级、正处级;技术岗位的划分为技术员、助理职称、中级职称、高级职称、国家注册类职称;业务岗位分为：一星员工、两星员工、三星员工、四星员工、五星员工。企业可以根据新入职员工的自身素质及特长结合企业自身需求，为新入职员工安排岗位，不同途径通道的建立，也为其发展成才提供了更多选择。

四是开展实用性较强的心理健康培训。心理健康培训是一种比较独立、专业的培训，和一般讲座、培训不同，比较注重参与性，参与到培训中去感受与体验，心理培训的内容和效果是难以测量。在培训中，利用一定的道具、场地、实物等模拟真实的事，从中让个人去感受，然后由导师带动，互相交流，分享感受，得出结论。新入职人员心理素质培训的过程是在专业培训师之间信息的交流共享，活动的互帮、互助中完成的。在日常生活中，人的一些习惯、品质，会因为经历的各种事情而发生变化。心理培训就是训练、模拟这种真实的场景，直面真实的自我，激发出更大的潜能，通过新入职人员对自己的极限挑战、获得人生难得的胜利与自豪。

总之，通过对煤炭企业新入职员工进行心理健康的调查分析，了解这一人群的心理健康状况，分析存在问题的原因，结合煤炭企业单位的实际，并提出有针对性的措施。对新入职员工自身的成长有着直接的影响，也对煤炭企业开展思想政治工作有着重要的影响。

**健康教育的研究论文六**

摘要：“百年大计，教育为本”。振兴教育的希望在于教师，然而教师的人格和心理健康状况能直接或间接影响教师自身的发展状况和幼儿的教育。因此幼儿教师的人格对幼儿心理的发展有着重要作用。

关键词：人格;心理健康;

幼儿好模仿，老师是他们最喜欢模仿的对象。因此从幼儿心理的健康成长出发，幼儿教师要时刻注意自己的言行，加强修养，在幼儿面前，展现出自身的人格魅力，以获得幼儿的信赖和喜爱。

一、以健康的心理走近幼儿

(一)认识自我，正确评价自己

教师自身的心理压力来源于:一是教师对自身能力、水平的认识不足，过高估计自己，自我期望值过高，经常导致活动失败而引发心理压力;二是教师本身的人格缺陷，如名利思想、患得患失、追求完美、意志力差等造成的心理压力;三是教师思考问题的方式和角度不正确而造成的心理压力。因此教师要敢于正视和剖析自我，在进行自我评价时要有“自知之明”，勇敢地正确看待自己，实事求是地评价自己，不过高或过低。并且经常反思自己的言行，发现问题，“人无完人，金无足赤”，一个人有缺点和错误也是不可避免的，只要敢于承认自己的不足，深刻地剖析自我，就能正确认识自我，从而帮助自己提高认识水平。

(二)放松情绪，调节好心态

由于外界工作压力的影响，教师常常会产生一些不良的情绪，如果不良情绪所产生的能量不能及时释放，就会影响个体身心健康与工作质量。当我们心绪不佳时，可以有意识地变换活动方式，转移注意，使意识离开引起我们紧张情绪的刺激情境，暂时脱离长期关注的事物。如听音乐、唱歌、散步、适当从事家务劳动，参加体育活动等等。这样大脑皮层的优势兴奋中心就从一个区域转移到另一个区域中了，人的情绪也就从一种状态转化为另一种情绪状态了。

(三)学会交往，处好人际关系

在待人接物行为和态度上，具有人际交往魅力的人通常能够把握人与人之间的共通之处，做到恰如其分。教师人际关系和其他职业一样，教师职业本身和教师的健康精神生活都需要一个良好的人际关系。在人际交往的过程中，要学会沟通，真诚待人，经常换位思考，能容纳对方，尽量做到彼此相互理解和谅解，消除隔阂，缩小心理距离，做到心与心的沟通。同时要提高修养和水平。实践表明:具有善良、勤劳和才干的人比较有人格魅力，容易受到他人欢迎。要正确看待同事的成绩，尊重和真诚支持对方的工作，对同行在工作中出现的差错要主动补台，而不是有意拆台，防止嫉妒心理的产生。主动向具有优良品质的人学习，这不但是教师职业道德的要求，也是教师心理健康、获得良好人际关系的手段之一。

二、以正确的方式和态度对待幼儿

(一)以情育人

高尔基说:“谁爱孩子，孩子就爱谁，只有爱孩子的人，他才可以教育孩子。”教师和幼儿之间感情的交流和心灵的呼应，将会直接影响教育的结果。爱孩子，关心幼儿，一切为幼儿着想，这是师魂所在。“赏识教育”一直受到教育者的普遍推崇，正因为它是一种以博大的爱心去唤醒、鼓励人的教育，它可以使许多自卑的幼儿变得自信，让幼儿感受到教师对自己的爱，对自己的肯定，增强幼儿的上进心和自信心。幼儿园是孩子从熟悉的家庭走向学校及社会的一个转折点，在这个陌生的环境里，他们希望幼儿园像他们自己的家一样，温馨而亲切，渴望教师像妈妈那样给他们爱抚，对教师有一种特殊的依恋心理。因此教师不仅对幼儿在生活上要细心照料，行为品德上要耐心引导，而且更要在情感上给予关爱和呵护。在这样的环境里，幼儿自然能学会主动地关心人、爱护人的优良品质。

(二)公平待人

“爱美之心人皆有之。”教师对某些聪明可爱的幼儿偏爱一点本是人之常理，但是，这种偏爱会影响到教师对幼儿的言行，这对幼儿的发展很不利。那些得宠的幼儿，往往会有一种优越感，长此以往会养成他们狂妄自大、唯我独尊的性格，受挫能力会减弱，人际关系会紧张。而对那些比较胆怯、自卑的幼儿，可能由于教师的负性态度和行为会使幼儿觉得自己不如别人，就连教师都不重视自己、不喜欢自己，他们就容易自暴自弃，不求上进，还有可能会讨厌教师，形成恶性循环，严重阻碍幼儿的发展。

(三)倾听心声

倾听，是走进幼儿心灵的最好途径，学会倾听是每位教师的必修课。积极倾听的主要特征是老师除耐性倾听幼儿的陈述之外，并随时使用微笑、点头等身体语言及简单复述或使用鼓励的话语，使幼儿说出心中所想的一切。因此在平时，教师要尽量创造条件，多给幼儿表达思想的机会，改“听我说”为“听你说”，培养他们敢说、想说、大胆说。这样可以有效锻炼幼儿的自信心和胆量，满足幼儿的成就感，增加成功体验。

(四)冷静处理

教师的沉着与冷静有效地影响幼儿的意志品质。幼儿年幼无知、自控能力差，常会出现各种行为问题，令教师头痛心烦，如碰到幼儿任性撒野、不守规则、不听规劝、攻击性行为较多等情况时，教师常常会激动，特别是年轻教师容易冲动，缺乏自制力，就有可能做出不恰当的举动，如讽刺挖苦，甚至体罚或变相体罚，这会对幼儿的心理造成伤害，严重时会造成不必要的事故。因此这个时候，教师要特别冷静，控制好自己的情绪，以平和的心态对待幼儿，做到循循善诱，耐心的进行教育，不要伤害幼儿的自尊心，培养幼儿良好的心态。

幼儿时期的心理是否健康，将对今后一生的健康和幸福产生深远的影响。而幼儿教师的人格会对幼儿的心理健康产生极其重要的影响，因此作为和幼儿成长阶段接触时间最多的幼儿教师，应该学会缓解自己的工作压力，调整好自己的心理状态，用最好的状态去教育幼儿，用高尚的人格魅力影响幼儿，努力把他们培养成具有健康、健全人格的好孩子，为其终身发展打好基础。

参考文献：

[3]李文治，袁林着.《幼儿教师师德修养与专业发展》，人民邮电出版社，9月第1版

**健康教育的研究论文七**

摘要：对于小学生而言，小学阶段是学生学习与成长的黄金阶段，同时，这一阶段，也是小学生中形成健全人格，树立正确人生观、价值观和世界观的基础时期。因此，小学生这一时期的心理健康教育尤为重要。而在小学心理健康教育教学中运用情景教学法，能够拉近师生之间距离，加强师生之间交流，有利于教师帮助小学生解决心理困惑，让他们健康无忧成长。本文就是针对如何在小学心理健康教育教学中应用情景教学法展开分析和研究，希望寻求出有效的措施来帮助小学生学生解决心理问题，让他们积极向上地学习与生活。

关键词：情景教学、小学、心理健康教育、应用、措施。

小学阶段是学生成长过程中尤为重要的一个时期，他们刚刚离开父母怀抱，开始集体生活，所以这一时期正是为他们打下良好基础的最佳阶段。但是在由于这些学生年龄比较小，思想比较简单，容易受到周遭环境的影响，情绪变化很不稳定，常常会产生一些如自卑、厌学等心理问题。因此，作为小学教师，必须对小学生的心理健康多加关注，并通过情景教学法的应用，减少小学生的心理问题，从而让他们开心快乐的成长。

1、情景教学法概念：情景教学法是指教师在教材的指导下，根据学生的个体差异和生活实际情况，创造各种情景，让学生在自然或者认为创设情境中获得最直观的感受，促进他们对教材知识内容的理解。

2、情景教学法在心理健康教学中应用的意义。在小学心理健康教育中运用情景教学法，能够调动学生学习积极性，激发学生自主学习的兴趣。在教学过程当中运用情景教学法，首先能够活跃课堂气氛，突出学生的主体地位，尤其是在小学生心理健康教育中，可以让学生扮演角色，进行情景构建，让学生积极参与到课堂教学当中来，通过心理体验，促进积极心理增量，发挥出自己的优点。其次运用情景教学法，能够培养小学生独立思考的能力和创新能力，通过角色扮演，情景设置，能够让学生将自己的想象力尽情发挥出来，获得快乐和成就感。

小学生由于年龄比较小，对社会认知水平比较低，心理脆弱，所以当他们遇到挫折或者受到打击时，特别容易产生心理问题，再加之学校、家庭和社会多方面因素的影响，他们的心理问题变得越来越严重。

1、升学和择校给孩子带来的压力。现在我国各省市的大部分中小学校都开设了心健课，落实情况也很好，学校和授课老师对于这一门课程还是比较重视的。为了取得良好的教学效果，解决小学生的心理困惑，教师在上课之前都会认真进行备课，并且通过课堂上的情景设置、角色扮演等方式引导学生进行心理体验，获得积极心理增量。但是由于在小学阶段，小学生就已经开始面临升学和择校的压力，再加上小学生年龄比较小，心理承受能力弱，他们面对这样大的压力，无法进行有效排解，极其容易产生心理问题。

2、家长缺少对孩子心理健康的关注。在我国，大部分家长由于受根深蒂固的传统思想影响以及对心理学相关知识的匮乏，缺乏对孩子心理健康的关注。他们通常更加关心孩子的这两方面：

（1）是否满足了孩子的物质生活；

（2）孩子的成绩是否优异；他们很少关注孩子的内心世界，很少坐下来与孩子平等的进行沟通和交流。

3、离异家庭和留守儿童，对孩子心理造成的困惑。近年来，中国的离婚率逐年增高，导致离异子女大量增加。根据调查显示，出自于离异家庭的小学生，心理健康出现问题的要远远高于正常家庭的孩子。这是因为父母离异后，孩子生活在破损家庭或者再婚家庭中，无法获得正常的父爱或者母爱。长期下去，孩子的心理健康受到影响。在生活中，我们不难发现，一些离异家庭的孩子通常比较孤僻、自卑、忧郁，甚至有的孩子具有暴力倾向。与离异家庭孩子一样，留守儿童的心理问题也比较严重，通常留守儿童都是由家里老人看管照顾，父母长期在外打工获得经济来源供家庭花销，但是由于父母长期不在身边，孩子缺乏关爱和管教，导致留守儿童产生了一系列的心理问题，如叛逆、自闭等。

1、将情景教学法应用到小学心理健康教育教学当中来，能够拉近师生之间的关系，增强教师与学生之间的交流与沟通，还能够使课堂气氛更加轻松和活跃，对于提高教学质量，培养学生健康的心理状态起到十分重要的作用。

创新教育理念，善于运用情景教学。随着新课改的深入与发展，对学校和教师也相对的提出了更高的要求。更何况我国一直倡导素质教育，希望培养出来的人才能够“德智体美，全面发展”。这也就要求学生不仅成绩优异，还要有健全的人格和良好的心理状况。因此，学校和教师根据素质教育要求，应该重视小学生的心理健康教育问题，首先作为教师必须要转变传统的教学理念，对其创新，不可以再把成绩作为衡量一个学生是否优异的唯一标准，而是要按照新课改的要求，加强对学生健全人格的塑造和心理健康的培养。教师在日常教学中要善于运用情景教学法，让学生在创设的情景中学到相关的心理健康知识，例如针对学生网瘾问题，教师就可以结合学生的实际状况设置情景，并采用角色扮演的方式让小学生表演以下几个情景：

（1）父母对小学生上网的激烈反对，严厉批评的场景；

（2）小学生上网约见网友遭遇的一系列糟糕事情。

通过创设情景，让小学生深刻感受到网瘾的不良危害。除此之外教师还要严于律己，以身作则，以平等的态度与每一个学生认真的沟通与交流，让学生愿意说出自己的心理困惑。同时，教师对于情景的创设，除了对语言的巧妙运用之外，还可以采取相关的道具进行辅助，如创设情景时可以选择适当的音乐或者图片加以辅助，让情景更加真实。

2、运用情景教学，培养学生健康心理。在小学生心理健康教育中，教师可以应用情景教学的方式，培养学生的健康心理。在教学时，可以根据心理健康知识的相关内容制作教学视频或者ppt，让学生直观的感受到良好的心理状态所产生的影响，让学生身处其境，感受到心理健康的重要性，从而注重对自己心理健康的关注。例如，有的学校的教师为了让学生明白心理健康的重要性，将一系列的青少年心理健康教育视频播放给同学们观看，并让学生在观看之后写出自己心得。这种情景教学的方式让学生更加透彻的了解到心理健康教育的相关内容。

**健康教育的研究论文八**

一、从生活经验入手，创设情境调动课堂气氛

数学知识与现实生活是有密切联系的，新教材中也给出了许多例子，教师要尽量用学生熟悉的生活情境或生活经验入手引出学习内容，这样学生乐于接受。也可以让学生例举数学知识在生活中的应用。小学生有着好奇心、疑问心、爱美心强和活泼好动的特点。数学教师要从这些方面多去思考，充分地发挥小学生非智力因素在学习中的作用，在课堂中创设出学与“玩”融为一体的教学方法，学生在“玩”中学，在学中“玩”。例如，在教学《轴对称图形》一课时，我运用事先准备好的漂亮的图片创设情境，讲故事引入：夏季的一天，一只小蜻蜓在草地上飞来飞去捉蚊子，忽然飞来了一只美丽的小蝴蝶，绕着小蜻蜓飞来飞去，小蜻蜓生气了，小蝴蝶却笑着说它们是一家人，小蜻蜓不相信，小蝴蝶带着小蜻蜓去找它们家族的成员，它们找到了树叶，小蝴蝶说在图形王国里它们三个是一家人。同学们，为什么小蝴蝶要这样说呢?这样引入新课，激发了学生的学习兴趣，使学生兴趣浓厚，注意力集中，主动去探究对称图形的共同特征。

二、动手实践让学生的感性认识上升到理性认识

素质教育的核心就是要培养学生的创新精神和实践能力。因为只有通过自己的再创造活动而获得的知识，才能真正被掌握和灵活运用。根据费赖登塔尔的观点，教师在数学教学中应注意培养学生动手实践、自主探索的精神。小学生年龄小，抽象思维能力弱，教师应引导学生充分利用和创造各种图形或物体，调动各种感观参与实践，同时教给学生操作方法，让学生通过观察、测量、拼摆、画图、实验等操作实践，激发思维去思考，从中自我发现数学知识，掌握数学知识。让学生动手实践，能激发学生的学习兴趣。

三、实行民主教学，构建轻松和谐的师生双边活动

在课堂上，师生的双边活动轻松和谐，师生们展示的是真实的自我。课堂上针对老师提出的问题，同学们时而窃窃私语，时而小声讨论，时而高声辩论。同学们争相发言，有的居高临下，提纲挈领;有的引经据典，细致缜密。针对同学们独具个性的发言，老师不时点头赞许，对表达能力较差的学生，老师则以信任鼓励的目光和话语激活学生的思维。学生自然敢于讲真话、讲实话，个性得到充分的张扬。如教学一年级数学上册分类一课时，在教学生明确什么是分类知识之后，我有意识地放手让学生主动实践，寻找解决问题的方法：将30多支不同颜色、不同长短、带有或者不带有橡皮头的铅笔打乱放在一起，让学生去分类，看谁分得合理。同学们争先恐后抢着去分类：有按颜色分类的;有按长短分类的;有按带有或者不带有橡皮头分类的;也有胡乱分的。再找学生说明这样分的理由，对讲不清理由的学生予以指导，让学生在自主活动中，自主学习、主动实践。教师还注意学生的学法指导，培养学生的综合能力，养成良好的学习习惯，使学生对于数学的学习抱有一种想学、乐学、会学的态度。

四、帮学生建立学习数学的自信心

学习是一件非常辛苦的事情，数学本身包含了许多枯燥无味的东西，特别是计算题的学习，学生的领悟能力都是有差异的，同样的计算题，有些学生可能几分钟就学会了，而有些同学可能一节课甚至更长时间也学不会，如果老师不及时去关注这样的学生的话，那么这些学生就会失去学习的信心，课堂对于他们来说就会变得很无聊，在课堂上他们会转移注意力，去干别的事情，数学老师要去关注每一位学生，当学生学习遇见困难，要及时热情地伸出双手去帮助他们，让他们恢复自信。

五、适当的表扬奖励是上好数学课堂的添加剂

教师要给每一位学生成功的机会，尤其是应“偏爱”学习困难的学生。教师要善于设法消除学生的紧张畏惧心理，对学生在课堂上的表现，采用激励性的评价、补以适当的表扬。激励性的评价、表扬能让学生如沐春风，敢想敢问，敢讲敢做。只有这样，课堂教学才能充满生命的活力，学生的个性才能得到充分的展现，学生的创造、创新火花才能迸发、闪烁。如在练习时，学生在规定的时间内完成老师布置的作业，老师奖励“小红旗”给学困生，有时还主动与他们说上几句悄悄话。学生得到老师的奖励，参与学习的积极性就高了，就会更进一步地去发现问题，发挥前所未有的想象力，从而摆脱苦学的烦恼，进入乐学的境界，极大地发展创新能力。

总之，我们在小学数学教学中，应从生活经验入手，通过多种形式，创设有意义的、富有挑战性的、激励性的问题情景，最大限度地激发学生学习的内在动力。在动手实践中，学生能体验到“学数学”的乐趣。在民主教学中，学生们不仅能获得知识、形成技能、掌握数学的方法，而且能获得积极的情感体验，树立学好数学的信心。

**健康教育的研究论文九**

长期以来幼儿园普遍注重智力开发，强调卫生保健，很少关注幼儿的心理健康。人们，尤其是父母对幼儿的物质生活、知识学习比较重视，却往往忽视了幼儿的心理健康。开展幼儿心理健康教育的重点应该是预防和发展，对象应是全体幼儿。通过多种途径对幼儿进行心理健康教育，不断提高幼儿的整体心理素质，维护和增进幼儿的心理健康水平，这是当前我国幼儿心理健康教育的重要策略。

一、创设和谐的教育环境，促进幼儿心理健康成长

物质环境应该具有安全、舒适、卫生、实用等特点，园内设备和材料应丰富多彩，能满足不同幼儿的不同需要和多种需要。活动室作为幼儿的主要生活空间，应宽敞明亮，布置上要体现立体化、平衡化、净化、儿童化和教育化。环境布置的内容要随教学内容、季节的变化而变化。优美、整洁的物质环境能唤起幼儿对生活的热爱，充实幼儿的生活内容，陶冶幼儿的性情，培养幼儿的良好习惯，激发幼儿的求知欲，让他们能在自由的探索中发现周围世界的奥秘。幼儿教师应加强自我的心理卫生保健，提高自身的心理素质，以健康的人格影响儿童。

幼儿教师的健康人格是维护和增进幼儿心理健康的重要保证。幼儿教师要不断改善自己的个性品质和心理健康状况，极力避免将个人的不良情绪带到幼儿园来。对于幼儿教师而言，重视和加强自身的心理卫生保健已不仅仅是个人的事情，而是一项重要的社会义务。

二、开展专门的教育活动

专门的教育活动是指教师依据幼儿身心发展的规律和特点，有目的、有计划、有组织地通过幼儿主体性活动的方式，丰富幼儿必要的一般的心理健康知识，调节和维护其心理健康。专门的教育活动要符合心理健康教育的特殊性要求，有针对性地解决幼儿身心发展中的问题。由于幼儿心理过程常有明显的具体形象性，他们独立活动的经验和能力水平跟不上他们的需要，因而在对他们进行专门的教育活动时，应根据幼儿的心理特点，尽可能的具体化、形象化、新颖化，多采取情境表演、故事、游戏、讲授、行为训练等不同的形式方法。通过一些有目的、有计划、有针对性的专门教育活动，帮助幼儿理解和掌握一般的心理健康知识和自我保健方法，培养幼儿良好的心理素质。

三、重视幼儿的问题性教育，提高其心理素质与能力

在幼儿教育的实际工作中，应当注意以幼儿间实际发生的问题为教育素材，对幼儿进行讲解、分析，组织他们在矛盾、冲突的情境下，自己可能会如何做，应如何做才更恰当、有效。抓住实际正在发生的冲突事例进行更具体、更直接的方法指导，并让幼儿实践、运用这些方式，这就是问题性教育。问题性教育要求教师在幼儿教育实践工作中，转变对幼儿身上发生问题的价值的认识，对幼儿交往中各种性质的行为保持敏感，善于从幼儿的具体行为和幼儿间发生的事件中选择出恰当而重要的教育点，并精心设计有关的教育活动。教育中要注意发挥幼儿的主动性、独立性，注意引导幼儿自己思考解决冲突的多种方法，尽量不要包办代替。同时要组织幼儿讨论、进行角色扮演及情境模拟实践，交流自己扮演不同角色时的心理感受和做出不同情绪行为时的亲身体验。这些都是进行问题性教育的有效方法。

四、开展心理辅导，促进幼儿心理健康发展

幼儿心理发展的辅导主要包括人格辅导、学习辅导和生存辅导几个方面。幼儿人格辅导的内容包括感受爱，接受愉快的情绪体验；在和同伴、师长交往、交流时懂得基本的交往原则，对尊重、正直、合作、宽容、帮助等良好交往品质有初步的体验；有初步的真、善、美的感受能力和判断能力，并能学习以此来衡量别人和自己的行为；有乐于自主选择、做出决定并努力实现的倾向和初步的能力。幼儿学习辅导主要包括教育教学活动中激发和培养幼儿的学习兴趣和学习欲望，努力挖掘其学习潜能，如听说能力、观察能力、分析能力、记忆能力、理解能力等；充分利用幼儿感知发展迅速的优势引导幼儿掌握多种感官共同参与学习的方法；培养幼儿初步的学习能力，在学习中体验成功的愉悦。幼儿园生活辅导的内容主要包括在养成良好的生活习惯的同时，逐步形成积极的、健康的生活方式；乐于探索、体验多方面的生活，平和地接受生活的复杂性，并有相对正确的判断和选择；有初步的安全自护意识和自主自立意识；有初步的责任感。

五、密切家园协作，增强教育合力

幼儿多数时间在家庭中度过，其各种心理问题都可以追溯到生活经历中的某一环节，即可从其父母的行为中找到原因。父母的行为与幼儿的心理问题相关，父母的心理健康水平直接影响幼儿的心理健康水平。因此，重视家庭环境的教育和影响，密切家、园协作是至关重要的。幼儿园应通过举办心理健康教育讲座、座谈、交流讨论等多种途径，向家长宣传心理健康教育的基本知识和重要意义，帮助家长了解幼儿园心理健康教育的目标、内容、途径和方法，让每个家长在关注幼儿身体健康的同时，也能主动重视幼儿的心理健康。父母应为幼儿营造宽松、和谐的家庭氛围，做幼儿信赖的朋友，促进亲子沟通，给幼儿提供与同龄人交往和参与社会生活的机会，满足幼儿的各种需要。家长还应不断提高自身的心理素质，规范自己的行为，为幼儿树典范、做楷模，用自身良好的心理和行为影响幼儿。

幼儿园和家庭应经常保持联系，相互了解幼儿的心理发展和学习情况，相互交流彼此的认识和见解，帮助每个家长树立正确的儿童观和教育观，纠正不良的家庭教育倾向及教育方式，掌握疏导孩子心理障碍的技巧，支持和配合幼儿的心理健康教育。家、园还要共同商讨幼儿心理健康教育的策略，共同采取心理健康教育的措施，做到家、园教育一致，保持心理健康教育的持续性和有效性，增强家、园教育的合力，共同促进幼儿的心理健康。

总之，幼儿心理健康教育是一门科学。随着幼儿心理健康教育工作者专业化水平的不断提升，幼儿心理健康教育的科技化程度的提高，未来幼儿心理健康教育将会在现有的基础上，克服自身的问题，不断前进，新生的一代将得益于时代为他们提供的这一新的教育活动，健康顺利地成长。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！