中学生心理课 情绪管理



作者: 蒋薇美主编

出版社:北京:中国轻工业出版社

出版日期: 2015.02

总页数: 210

介绍:情绪辅导的内容并不能简单地了解情绪的种类、情绪ABC理论,而需要真正帮助学生从察觉情绪的到来开始,具体地学习调控情绪的方法。因而,在为期两年的实践工作中,我和本书的另外一位作者-朱老师一起,有意识地对学生的心理状况进行了调查研究、并对情绪辅导的理念、目标和内容进行了系统的梳理,精心设计了一系列的辅导活动,在课堂辅导过程中取得了良好的效果。本书中所写的这些辅导设计,就是在学习、实践和反思的过程中一点一点产生的。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13852842.html) 查找全本阅读方式

中学生心理课 情绪管理 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13852842.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13852842.html

书名: 中学生心理课 情绪管理