

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