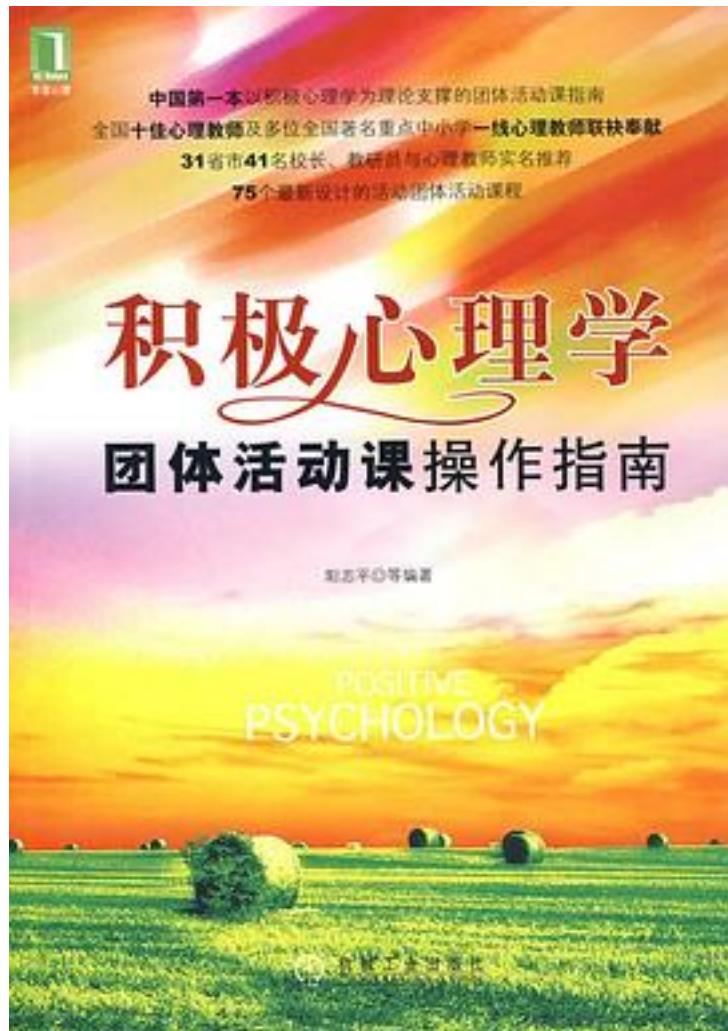


积极心理学团体活动课操作指南



[积极心理学团体活动课操作指南 下载链接1](#)

著者:阳志平

出版者:机械工业

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787111291435

《积极心理学团体活动课操作指南》内容简介：随着心理学进入21世纪，关注人类幸福

感与优势的积极心理学运动日益声势浩大。积极心理学在教育界也得到了广泛响应。《积极心理学团体活动课操作指南》以积极心理学作为理论体系支撑，结合学校教师开展团体心理活动课的实践经验，设计了75个最新实践活动，轻松指导学校心理健康教育课程，有助于学校心理健康教育工作者、任课教师及心理咨询师等心理工作者开展团体辅导与团体咨询等工作。

作者介绍：

目录: 推荐序一 雷雳

推荐序二 陈虹

前言

教学建议

导读如何上好幸福课？

第一部分 积极优势：发现并利用个人特长

第1章 个人优势：发现并利用

本章理论导读

活动一：优势大转盘

活动二：我也很棒

活动三：优势取舍

活动四：模拟招聘会

活动五：优势陷阱

第2章 创造力：如何改变世界

本章理论导读

活动一：突破常规

活动二：智闯雷阵

活动三：巧解绳套

活动四：智取文具盒

活动五：环保时装

第3章 学习风格：聪明学习

本章理论导读

活动一：优势学习

活动二：全班总动员

活动三：超效方法

活动四：思维导图

活动五：脑力训练

第4章 灵性：探索人生意义

本章理论导读

活动一：生命意义

活动二：麦兜响当当

活动三：大自然

活动四：放松与冥想

活动五：人生之旅

第二部分 积极情绪：打开快乐之门

第5章 主观幸福感：积极情绪之道

本章理论导读

活动一：幸福账本

活动二：情绪万花筒

活动三：快乐大魔盘

活动四：情绪的潘多拉

活动五：管好你的愤怒怪

第6章 心流体验：享受当下，提高专注力

本章理论导读

活动一：创造心流
活动二：欢乐的假期
活动三：快乐时光
活动四：绝技汇演
活动五：海底世界

第7章 乐观与希望：向着未来奔跑

本章理论导读

活动一：还原基本法
活动二：乐观有妙招
活动三：插上积极的翅膀飞翔
活动四：希望的主题曲
活动五：走下情绪的电梯

第三部分 积极关系：建立和谐人际关系

第8章 依恋类型：增进与成人和益友的联系

本章理论导读

活动一：亲子之间
活动二：守护的天使
活动三：对话
活动四：我是我家小主人
活动五：亲亲一家人

第9章 人际和谐与冲突：促进亲社会行为

本章理论导读

活动一：我的友谊之花
活动二：让友谊住我家
活动三：人际交往的技巧
活动四：竞争合作才精彩
活动五：面对青春的来临

第10章 感恩与宽恕：提升良性行为循环

本章理论导读

活动一：飞翔的感动
活动二：成长的代价
活动三：感谢校园生活
活动四：宽以待人
活动五：宽容有度

第四部分 积极应对：从挫折中重生

第11章 韧性：在逆境中反弹

本章理论导读

活动一：生命的底色
活动二：不做受害者
活动三：两粒沙
活动四：生死对话
活动五：携手穿越阴霾

第五部分 积极成长：激发内在动机，实现目标

第12章 自我决定论：提高自决能力

本章理论导读

活动一：我要学
活动二：连点游戏
活动三：学习的乐趣
活动四：为什么会这样
活动五：大拍卖

第13章 目标抉择与执行意图：促进行动能力

本章理论导读

活动一：我为自己掌舵
活动二：做自己的尺子

活动三：学习的比萨

活动四：我的未来之路

活动五：体重管理

第14章 自我效能：成功的信心

本章理论导读

活动一：峰回路转

活动二：魅力四射

活动三：天生我才

活动四：我能做到

活动五：我也不错

第六部分 积极组织：传播幸福病毒

第15章 心理资本：积极的教师，积极的学校

本章理论导读

活动一：我是谁？我不是谁？

活动二：梦想照进现实

活动三：寻猎

活动四：有你帮助我

活动五：放轻松

后记 心理教育20——积极心理学在学校应用的未来

· · · · · (收起)

[积极心理学团体活动课操作指南](#) [_下载链接1](#)

标签

积极心理学

心理学

团体心理辅导用书

心理

阳志平

活动课

团体

教育

评论

自己的书。如果不是心理教师，给4分；如果是心理教师，给5分。执行意图、自我决定论等介绍，至今还没过时。可惜的是，错误还是不小。

我以为说心理学的，结果真是：活动课指南

国内关注积极心理学的同仁们或从事教育行业的朋友们都不得不看的好书哦

:B844.2/7241-1

没读完哦，但是相信要一直用。本来以为只是团体游戏的书，没想到一个个教案。很好的！推荐！

里面的活动都适合小学生，而且比较简陋。反而各章节的理论导入部分写的不错。

部分游戏活动嫌做作。

挺多不错的活动的

[积极心理学团体活动课操作指南](#) [下载链接1](#)

书评

[积极心理学团体活动课操作指南 下载链接1](#)