

# 《现在，我该怎么办？》

## 图书基本信息

书名：《现在，我该怎么办？》

13位ISBN编号：9787807432647

10位ISBN编号：7807432640

出版时间：1970-1

出版社：宁波出版社

作者：刘宣文,张英萍

页数：114

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《现在，我该怎么办？》

## 内容概要

《现在,我该怎么办?:在危机中学会成长》是一本心理自助读物,是专门为在生活中遇到困难、不知道如何应对苦恼的孩子们编写的《现在,我该怎么办?:在危机中学会成长》描写了一群遭受灾难的小动物们的故事。故事中的四个主角兔老大、兔小小、小猪菲菲和小狮子毛毛,一起经历了山谷里的一场灾难。它们曾经感到失落、痛苦、害怕、茫然,它们也曾经感到紧张、愧疚、孤单、无助,但它们在自己的努力和别人的帮助下走过来了。它们学会了表达它们的情绪,学会了相互帮助、相互照顾,学会了寻找身边的人来帮助自己,拥有了面对生活的勇气、信心和希望《现在,我该怎么办?:在危机中学会成长》和一般的书不太一样。它看起来像故事书,却又和故事书不一样。你会发现书的开头都是一个小故事,是发生在绿野山谷中兔老大、兔小小、小猪菲菲和小狮子毛毛身上的故事。故事的后面是一些小活动和游戏。我们可以在活动中一起来分享自己的感受和想法,也可以一起和小动物们来学习应对这些困扰的办法,同时,我们还可以玩一些小游戏。你会发现,这是一本很有意思的书,你可以在里面真实地表达你的想法,而不用顾虑别人的看法;你可以在里面找到一直困扰你的问题,学会去寻找解决的办法;你可以在里面更好地认识自己、认识周围发生的事情;你可以在里面的和小动物们一起得到成长。

# 《现在，我该怎么办？》

## 作者简介

主编简介：

刘宣文，1964年出生，浙江义乌人，现任浙江师范大学儿童研究院副院长，心理学教授，发展与教育心理专业硕士生导师。主要从事心理咨询的教学与研究工作。出版《学校发展性辅导》、《心理咨询技术与应用》等著作7部，在《教育研究》《心理科学》等专业杂志发表论文四十余篇。先后主持省部级科研课题多项，并多次荣获优秀科研成果奖。现担任中国心理学会学校心理学专业委员会委员、浙江省普通高等学校心理健康教育指导委员会委员、浙江省学校心理健康教育专业指导委员会专家委员、浙江省学校心理辅导研究会秘书长。

张英萍，1980年出生，浙江仙居人。2006年获浙江师范大学心理系硕士学位。现任职于浙江师范大学儿童研究院资料中心，合著出版著作2部，并在《心理科学》、《心理发展与教育》等杂志发表论文多篇。

# 《现在，我该怎么办？》

## 书籍目录

抚慰心灵的童书致小读者的一封信1.我的世界怎么了？2.我的感觉3.承认我的失落4.我酌痛苦5.我很茫然6.我很害怕7.学会放松8.有你在，我什么也不怕9.他们怎么了？10.这不是我的错11.我是珍贵的12.过去的我还在13.时间会帮助我14.表达我的爱15.我需要你的帮助16.我的力量17.我的成长18.许自己一个未来19.学会感恩2D.全新的我难忘的旅程

# 《现在，我该怎么办？》

## 章节摘录

插图：

# 《现在，我该怎么办？》

## 编辑推荐

《现在,我该怎么办?:在危机中学会成长》图文结合,语言通俗易懂,可以作为6—12岁儿童的自助读本,也可以作为儿童团体辅导的教材。

# 《现在，我该怎么办？》

## 精彩短评

1、比较适用于小孩子，对于青少年或成年人而言可能会显得简单了点

# 《现在，我该怎么办？》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)