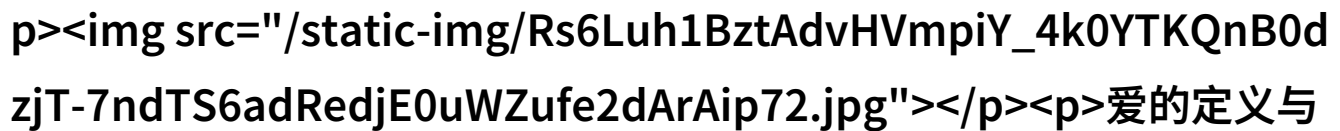
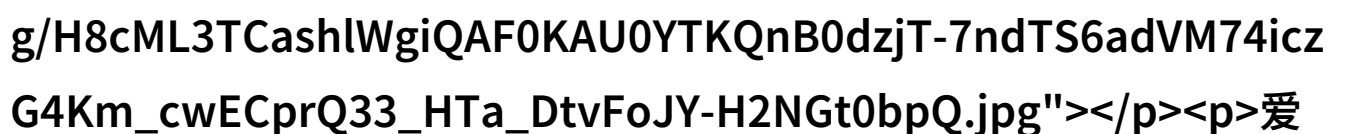


下课后爱的辅导课温暖心灵成长不止

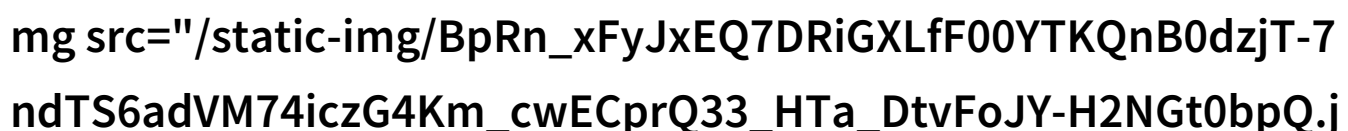
在这个快节奏的时代，人们往往忽略了爱的力量和重要性。下课后爱的辅导课是一种特殊的心灵慰藉，它旨在通过教育引领人们学会感受、表达和传递爱。在这个课程中，我们会探讨以下几个关键点：



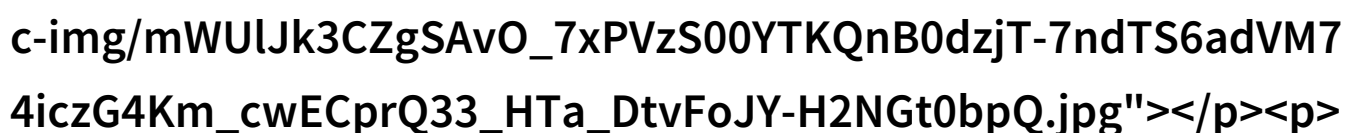
爱的定义与意义
在现代社会，人们对“爱”的理解多样化，但其核心是情感上的关怀和支持。我们将从哲学、心理学以及文化角度分析爱是什么，以及它对个体及社会生活中的作用。



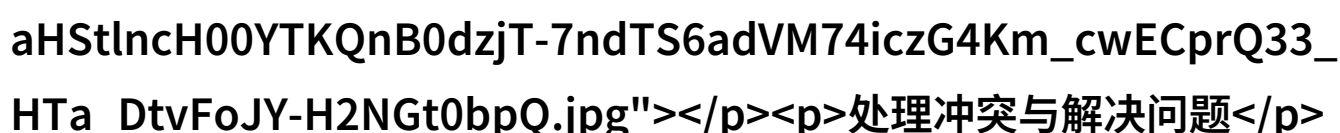
爱与成长之间的联系
研究表明，孩子们能够通过亲密关系获得情绪稳定性和自尊心，这些都是个人成长不可或缺的一部分。我们将讨论如何通过家庭环境、友谊网络等渠道培养孩子的情感智力。



如何培养积极的情绪
积极的情绪对于维持健康人际关系至关重要。这门课程将教授学生如何识别并管理自己的情绪，以及如何用正面的方式影响周围人的情绪。



有效沟通技巧
良好的沟通能力是建立深厚人际关系的基石。本课程将提供实用的沟通技巧，让参与者能够更好地倾听他人，并清晰地表达自己的想法。



处理冲突与解决问题
即便是在最亲密的人际关系中，也难免会出现分歧。本课程会教授学生如何平静处理冲突，并找到双赢的解决方案，从而增强彼此间的情

感纽带。

爱与社区建设

最后，本课程还将探索如何运用所学知识去提升社区氛围，将个人之中的爱转化为公共服务，为他人带来帮助，同时也丰富自己的人生经历。

[下载本文pdf文件](/pdf/650859-下课后爱的辅导课温暖心灵成长不止.pdf)