第一图书网, tushu007.com

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

图书基本信息

书名：<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

13位ISBN编号：9787208045996

10位ISBN编号：7208045992

出版时间：2003-1

出版时间：上海人民出版社

作者：凯瑟琳·兰波

页数：142

字数：110000

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：http://www.tushu007.com

内容概要

本书为英国作者凯瑟琳·兰波的畅销书，作者本人就是好几个孩子的母亲，对儿童成长中的心理感受体察入微。
在本书中，凯瑟琳就少年儿童在学校生活中可能碰到的各种导致焦虑、恐惧和难堪问题，如起床、作业、数学课、体育、考试、郊游和家长会等，从孩子的角度给他们出主意想办法，风趣幽默，形式活泼，是一本难得的好书。

作为当前学生学习减压心理减负的自我调适指南，本书主要面向中小学生和家长朋友。

作者简介

凯瑟琳·兰波和她的丈夫艾德里安·伯韦，以及他们的6个孩子和两只大颊鼠安静地生活在多西特的格林厄姆。

在她写这本书的时候，所有这些人（不包括大颊鼠）约了她很多帮助。
她感谢他们，其中还包括几个特别的长辈。

凯瑟琳为《私家侦探》和《老人》画卡通。
她为

书籍目录

引子 铃声响了！
！
！
那个男孩是谁？
那个女孩是谁？
小测试第一章 全新的一天！
闪亮登场 问题1：起床 问题2：穿衣 问题3：准备好，镇静些，出发啦！
问题4：上学第二章 有了问题，搞定它！
问题1：如何与别人相处 问题2：去上课第三章 学习 问题1：“ 你最喜欢哪一科，亲爱的？
” 问题2：家庭作业 问题3：考试 问题4：如何既可以好好学习，又使自己不像一个书呆子 问题5：成绩单第四章 学习以外 问题1：休息时间 问题2：运动 问题3：音乐插曲 问题4：戏剧，经典的表演第五章“ 我不舒服 ” 问题1：病得不能去上学 问题2：在课堂上生病（如何逃避运动和数学课） 第六章 学校组织的外出活动 问题1：当天的外出活动 问题2：如何你负担不起学校外出活动的费用 第七章 影响你学校生涯的重要因素 问题1：尴尬的因素（父母） 问题2：讨厌的因素（兄弟姐妹） 未知因素X

媒体关注与评论

书评一个人在成长过程中会遇到各种各样的压力，特别是在青少年时期，他们会经受比较大的压力，比如学习上的困难，繁重的家庭作业，还有寻找理由逃学等。
如果在这个时期你遇到了一些麻烦的事情，可以读一下本书，它会让你放下思想的包袱，轻装前进的。

编辑推荐

一个人在成长过程中会遇到各种各样的压力，特别是在青少年时期，他们会经受比较大的压力，比如学习上的困难，繁重的家庭作业，还有寻找理由逃学等。
如果在这个时期你遇到了一些麻烦的事情，可以读一下本书，它会让你放下思想的包袱，轻装前进的。

第一图书网, tushu007.com

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:http://www.tushu007.com