

<<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>

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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長朋友。

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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。

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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。

<<救命!我闪!:教你化解学校压力>>

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>