第一图书网, tushu007.com

# <<减压教育>>

## 图书基本信息

书名：<<减压教育>>

13位ISBN编号：9787810367097

10位ISBN编号：7810367099

出版时间：2004-1

出版时间：汕头大学出版社

作者：大卫·瑞恩·马克斯

页数：165

字数：111000

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

# <<减压教育>>

## 内容概要

家庭常常是孩子压力的第一源头，父母可能就是施加压力之人，但并不是每个父亲都意识到了这一点。
本书就是指导父母如何去帮助孩子应付这个充满压力的现实世界的实用指南。
　听一听专家的呐喊：　想要孩子在学校获得成功的父母，你的任务不是强迫孩子提前发展，而是尽力保证在日常生活中每件事情上给予他们的鼓励、糗 信和安全感，这些才是孩子心智健康的基础。
正是这些最终会使他们在家里、在学校、在一生中都能热爱学习。
　我们也不应当将孩子与竞争隔离。
更好的方法教育孩子与自己竞争、与别人合作。
如果孩子学着与自己竞争，他们就会不断激励自己做是更好，这才是教孩子发挥潜能的最健康的方法。
　本书科这严谨，例证翔实生动，叙述幽默、辛辣、可读性强，信息量大，是父母必读的育儿书籍。

第一图书网, tushu007.com



## 作者简介

大卫·瑞恩·马克斯，医学博士，毕业于耶鲁大学医学院。
是心理减轻压冶疗专业家、内科专家、疼痛病专家，同时也是世界著名的“新英格兰头痛中心”主任，以及美国WNBC电视台的医学记者。

## 书籍目录

第一部分 来自周转世界的压力 第1章 OH！
9·11，孩子心中的噩梦 第2章 压力：我们生活不可或缺的一部分 第3章 掌握心理力学，帮助孩子减压第二部分 孩子压力的第一源头——家庭 第四章 哪里有家，哪里就有压力 第五章 读懂孩子而临压力的求救信号 第六章 父母啊，请多给孩子一点时间 第七章 因材施教，让孩子发挥最大潜能 第八章 正面学业压力，引导孩子成为终生学习者 第九章 父母的梦想并不等同孩的梦想第三部分 为孩子创造一个安全的环境 第十章 应对压力的技巧 第十一章 表扬孩子——赏识教育，事半功倍

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