

<<快乐魔法书 知心姐姐知道你的烦恼>>

图书基本信息

书名：<<快乐魔法书 知心姐姐知道你的烦恼>>

13位ISBN编号：9787535161130

10位ISBN编号：7535161138

出版时间：2010-7

出版时间：湖北教育

作者：苏静

页数：512

字数：235000

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>

## <<快乐魔法书 知心姐姐知道你的烦恼>>

### 内容概要

《快乐魔法书：知心姐姐知道你的烦恼》针对小朋友们的烦恼，知心姐姐精心准备了很多富有哲理的小故事和神奇的小方法。

如果你和家庭成员“沟通不良”，得不到家人的理解，就到“家庭烦恼诊疗室”找找快乐的秘方。

## 作者简介

苏静，《中国少年报》“知心姐姐”专栏2008—2010年度特约撰稿人，苏州大学教育学硕士，师从当代著名教育家、心理学家朱永新先生。

曾任青岛嘉峪关学校语文教师兼班主任，2003年被评为“全国优秀中队辅导员”，其教育事迹被《中国教育报》整版专栏介绍、中央电视台热播。

书籍目录

家庭烦恼诊疗室 爸妈闹离婚怎么办——温暖家庭拯救计划 走不出错事阴影怎么办——和悲伤说“Bye—bye” 不敢独自睡觉怎么办——勇气当棉被，我一个人睡 总爱破坏东西怎么办——“石皮坏王”之独家秘方 妈妈总爱唠叨怎么办——念念“母爱松箍咒” 爸妈偷看我日记怎么办——“阳光达人”双响炮 妈妈总拿我和别人家孩子比怎么办——我是你的NO.1 不想和爸妈说话怎么办——温馨沟通全能宝典 爸爸总是晚回家怎么办——用“爱”唤爸爸早回家 妈妈总是干涉我交朋友怎么办——亲情友情大杂烩 爸妈不给我零花钱怎么办——小小“理财规划师” 爸妈在家打麻将影响我学习怎么办——“环境改造百宝箱” 妈妈说话不算话怎么办——巧治父母“说话不算数” 爸妈对我太严厉怎么办——让严厉不再来 妈妈总是替我做主买衣服怎么办——“包办”逃逸法 爸妈不考虑我的感受怎么办——常怀感恩 爸妈不让上网怎么办——练练“禁网破解攀” 爸妈不让我参加同学聚会怎么办——轻松去party 妈妈怀疑我早恋怎么办——自创“早恋说明书” 妹妹刁蛮怎么办——“刁蛮公主”变形计学习烦恼诊疗法交友烦恼诊疗室师生烦恼诊疗室假期烦恼诊疗室性格烦恼诊疗室

章节摘录

知心姐姐：我的烦恼就是一到考试就紧张，一紧张原来会做的题也做错了，考试成绩很不好。后来我就害怕考试，一到考试的时候我变得更紧张，现在越来越不喜欢考试了。

知心姐姐，我该怎么做才会不紧张呢？

青岛紧张的小宇紧张的小宇：很高兴你把烦恼告诉知心姐姐，其实考试紧张是一件很平常的事情，几乎所有人在考试的时候都会或多或少感到紧张。

考试紧张并不一定是一件坏事。

心理学家曾经做过研究表明：一个人在适度紧张的情况下最容易发挥自己的水平，而且考试前有一点紧张还能够帮你更好地完成答卷。

相反，如果考试的时候一点都不紧张，太放松，注意力就不如紧张的时候集中了。

看到这里，相信小宇会对考试紧张的情况“刮目相看”了吧？

但是如果一个人因为紧张而没有发挥自己的水平，那么就会像科学家说的另一种情况那样：过度的紧张会影响一个人实际水平的发挥。

所以考试紧张是把双刃剑，运用得好会给你带来好成绩，运用得不好会让你伤心，关键看你怎样把握！

有人说过：我的人生我主持。

也有人说过：我的生活我来show。

现在我们的的小宇可以跟知心姐姐一起大声喊：“我的考试我把握！”

现在，知心姐姐就把“层层递进”的秘籍传授给你，希望你把握好紧张度，在考场上show出真实的、优秀的自己！

编辑推荐

《快乐魔法书:知心姐姐知道你的烦恼》为作者主持的“山东省教育科学十一五规划重点课题”研究成果。

亲爱的小伙伴：你快乐么？

是不是偶尔也会有小小的烦恼？

比如人缘不够好，上网成瘾，不知什么时候悄悄喜欢上一个女生……别担心，其实这些都是成长中的“小小陷阱”。

知心姐姐在《中国少年报》就经常收到全国各地小伙伴的来信，他们和你一样，也有各种各样的小烦恼。

所以，当你不开心的时候，请打开这本神奇的《快乐魔法书》，这里不仅有超好听的故事，更有超好用的方法，让你顿时变身阳光宝贝，和烦恼轻松说“bye - bye”！

当然，这里还有专门为大朋友们准备的“知心姐姐课堂”，如果您是一位关注孩子成长的老师或家长，也随时欢迎光临哦！

知心姐姐使用《名师大课堂》让孩子快乐超速学习，14岁都能上大学。

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>