

<<我要做只快乐鸟>>

图书基本信息

书名：<<我要做只快乐鸟>>

13位ISBN编号：9787536467620

10位ISBN编号：7536467621

出版时间：2009-4

出版时间：朱利安·泰普林(Dr.Julian Taplin)、张祥荣 四川出版集团，四川科学技术出版社 (2009-04出版)

作者：朱利安·泰普林

页数：215

译者：张祥荣

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>

## <<我要做只快乐鸟>>

### 前言

21世纪是一个希望与竞争并存的世纪，也是孩子们全新的家园和战场。

培养和教育出什么样的孩子，既决定着一个民族的命运，也决定着每个孩子的命运，更牵动着每一个家庭成员的心。

我们可以想想，如果很多的父母由于教导无方，令低素质的人群依然在低素质的家庭教育中循环，那是件多么可怕的事情啊！

我一直在想，要是有一本书能用最简单、最朴实的方式，把孩子们最需要的自我心理引导技巧讲得既清楚又明了的话，那该有多好！

《我要做只快乐鸟》这本书完完全全满足了我这一愿望。

书中生动活泼的图画、实用的点子和方法、琅琅上口的励志文字，使你一口气就想把它读完。

我发自内心地感到这是一本孩子们不可或缺的好书。

每个孩子擅长的学习方法都有所不同，但我们都有这样的儿时体验，那就是小的时候我们每个人都很难拒绝任何有着美丽图画的卡通书，总是一拿到手就想废寝忘食地把它一口气看完。

## <<我要做只快乐鸟>>

### 内容概要

21世纪是一个希望与竞争并存的世纪，也是孩子们全新的家园和战场。培养和教育出什么样的孩子，既决定着一个民族的命运，也决定着每个孩子的命运，更牵动着每一个家庭成员的心。我们可以想想，如果很多的父母由于教导无方，令低素质的人群依然在低素质的家庭教育中循环，那是件多么可怕的事情啊！

## <<我要做只快乐鸟>>

### 作者简介

作者：(美国)朱利安·泰普林(Dr.Julian Taplin) 译者：张祥荣朱利安·泰普林教授Dr.Julian Taplin，美国俄勒冈大学教授，哈佛大学医学院博士后研究员，四川省社会科学院客座教授，上海社会科学院青少年研究所客座高级研究员。

十多年从事中国未成年人心理研究。

他不仅是美国心理学经典教科书的作者，在中国也有颇多的著作出版，如《走向成熟》《父母都是教育家》《教会孩子学习和生活》《我能做好》《写在纸条上的秘密》等，已形成“神奇教授——朱利安·泰普林家教系列读物”。

并联合中国教育专家开展了以中国家庭教育为研究对象的“中美合作教育(TSP)项目”。

张祥荣，毕业于美国威斯康辛大学。

四川省社会科学院家庭教育部主任、科研处副处长，北京师范大学学生会心理顾问，高级心理咨询师和教育咨询师，成都市妇联、成都市家庭教育指导中心专家，成都七中“高中生学习策略指导与训练”课程特聘教师。

访问过三十多个国家的教育科研机构，曾出版了十余部家庭教育专著。

## <<我要做只快乐鸟>>

### 书籍目录

第一章 会思考才会赢1. 我们应该有什么样的大脑2. 反复问自己三个问题, 你的大脑就会变得聪明又灵活3. 随时都问自己这三个问题4. 成功者都这样思考问题第二章 快不快乐全在自己1. 请记住, 快不快乐全在于你自己的看法2. 怎样克服焦虑、担忧、害怕、紧张3. 怎样克服自卑感和孤独感4. 怎样克服绝望、泄气5. 朋友之间发生矛盾怎么办6. 怎样对付考试焦虑症7. 自信是成功的重要条件8. 利用“榜样”的力量9. 珍惜生活, 热爱家人10. 热爱大自然11. 化“嫉妒”为力量12. “小拖拉”的坏毛病可以改掉13. “小粗心”的坏毛病一扫而光14. 父母的婚姻危机不是你的错15. 不做父母离婚战场上的士兵16. 父母离婚后, 我仍然爱他们17. 消极的想法是沉重的包袱18. 保持快乐的诀窍第三章 当好自己的教练1. 你能成为自己的教练2. 做自己的教练, 首先要保证自己的身体健康3. 做自己的教练, 应该给自己设定长期和短期的目标4. 做自己的教练, 需要有计划地一步一步地去实现目标5. 做自己的教练, 就是要督促自己竭尽全力去实现自己的目标6. 做自己的教练, 要使自己能够预见到可能遇到的困难和意外7. 做自己的教练, 要敢于面对失败8. 做自己的教练, 要能找出失败的原因9. 做自己的教练, 要自己能战胜自己10. 做自己的教练, 不要怕压力第四章 把事情做成功的三个秘诀1. 助你拥有远大前程的三个风火轮2. 设定目标(我需要什么?我能做什么?)3. 制定计划(下一步做什么?再下一步做什么?)4. 投入精力(坚持努力!再坚持!!再坚持!!!)5. 做好这三件事, 你就一定会是一个充满希望的人6. 做好这三件事, 你就一定会成功第五章 善于与人相处和结交朋友1. 朋友需要相互关心和理解2. 大家都喜欢和什么样的人交朋友3. “人人都应该喜欢我。”错!  
4. “是朋友就应该两肋插刀”错!  
5. 敢于摆脱不适合自己的人6. “换位思考”可以增加理解和宽容7. 文明礼貌能帮助你增加与同学间的交往8. 遇到“大欺小”和“打劫的人”要沉着应对9. 遇到突发事件要会自我保护10. 小学生上网自我保护十招第六章 合理使用金钱, 抵制不良广告的影响1. 追求物质(名牌产品)享受所得到的快乐是短暂的.....第七章 爱护自己的身体第八章 有效地学习第九章 培养良好的学习习惯

## <<我要做只快乐鸟>>

### 章节摘录

插图：10.热爱大自然自助指南随着城市现代化脚步的加快，环境的拥挤和污染等问题日夜困扰着都市的文明。

小朋友们应该迈开双腿走向大自然，投入到大自然的怀抱，呼吸新鲜空气，享受大自然带给我们的宁静。

随着四季的交替，小朋友们可以进行不同的接近大自然的活动。

冬季，气候寒冷，可以爬山、远足，锻炼小朋友们的耐力和意志；春季，春暖花开，万物复苏，小朋友们可以投入春天的怀抱，领略春天给人们带来的五彩缤纷，捉一只小蝌蚪带回家，慢慢地观察它的生长和变化规律，记录从蝌蚪变成青蛙的全过程；夏季，到江河去，接受风浪的洗礼，其乐无穷；秋天，是收获的季节，到田野去，看金黄的稻谷，欣赏压弯枝头的果实，分享耕耘者的一份喜悦。

心语告白永远热爱大自然人要按照自然所启示的经验来生活

## <<我要做只快乐鸟>>

### 编辑推荐

《我要做只快乐鸟(卡通漫画版)》是神奇教授——朱利安·泰普林家教系列读物2~12岁孩子健康心理和良好习惯自我引导技巧国家新闻出版总署向全国青少年推荐百种优秀图书四川省哲学社会科学普及规划项目成果，中美合作教育TSP项目TSP:Think 开放思维Study 有效学习Protect 自我保护

<<我要做只快乐鸟>>

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>