

# 《跟杰克一起入梦》

## 图书基本信息

书名：《跟杰克一起入梦》

13位ISBN编号：9781620963744

出版时间：2017-2-20

作者：丹尼尔·卢科维奇

译者：马艳,犁墨

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《跟杰克一起入梦》

## 内容概要

主人公杰克发现他只要通过想象就能把自己带到最不可思议的地方去。和杰克一起感受这些奇妙的体验，然后在他超级舒适的大床上甜甜地睡去吧！作者丹尼尔·卢科维奇在这本睡前故事中融入了各种放松助眠的技巧，如引导性冥想、深呼吸练习、形象化思维、填色游戏等等。家长在朗读时，请尽量使用舒缓轻柔的声调，以营造睡前的氛围。

# 《跟杰克一起入梦》

## 作者简介

丹尼尔·卢科维奇是一名志愿者，目前定居于加拿大温彻斯特市。他致力于帮助处于各种生活状态的人们减轻压力、提高生活质量。《跟杰克一起入梦》是他的第一本儿童睡前故事绘本，他希望孩子和家长在阅读本书时都能释放压力、得到身心的放松。

# 《跟杰克一起入梦》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)