

告诉孩子 优秀和高标准 $\neq$ 完美

完美的小优

【美】香农·安德森 著

【美】凯蒂·卡思 绘 李甦译



让孩子学会解压，
快乐学习，快乐生活！

书中附有专家建议和活动支招，
为家长、教师与孩子互动提供具体可行的实践方法。

CHISO 新疆青少年出版社

北京市绿色印刷工程——优秀青少年读物绿色印刷示范项目

完美的小优



【美】香农·安德森 著 【美】凯蒂·卡思 绘 李甦 译

CHISO 新疆青少年出版社
SINCE 1956

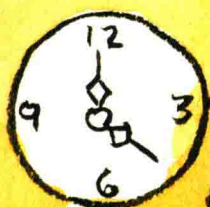


献给我两个
有点完美主义的姐姐——
塔拉和艾希莉。

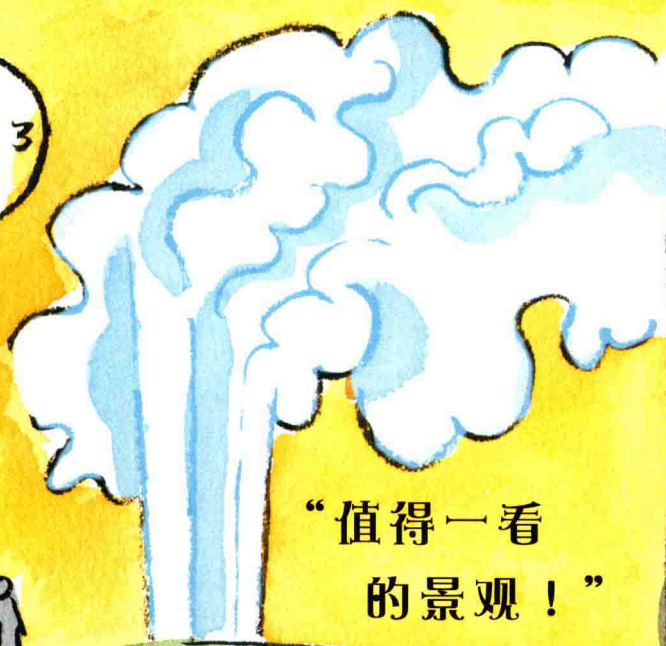
大家都叫我“完美的小优”，
如果你认识我，一定也会这么叫。
你听说过每天准点喷水的“老忠实泉”吗？
哈，准点喷水对我来说根本不算什么！



老忠实泉



每天
准点
喷水！



“值得一看
的景观！”



黄石国家公园



我每天早上五点起床，
开始一天的生活。



我把床单上的每个褶皱都熨平，
把房间收拾得没有一点儿灰尘。



接下来，我会按照运动示意图，
做十组跳跃运动。



我的早餐通常是煎饼，
妈妈会把它们做成心形。



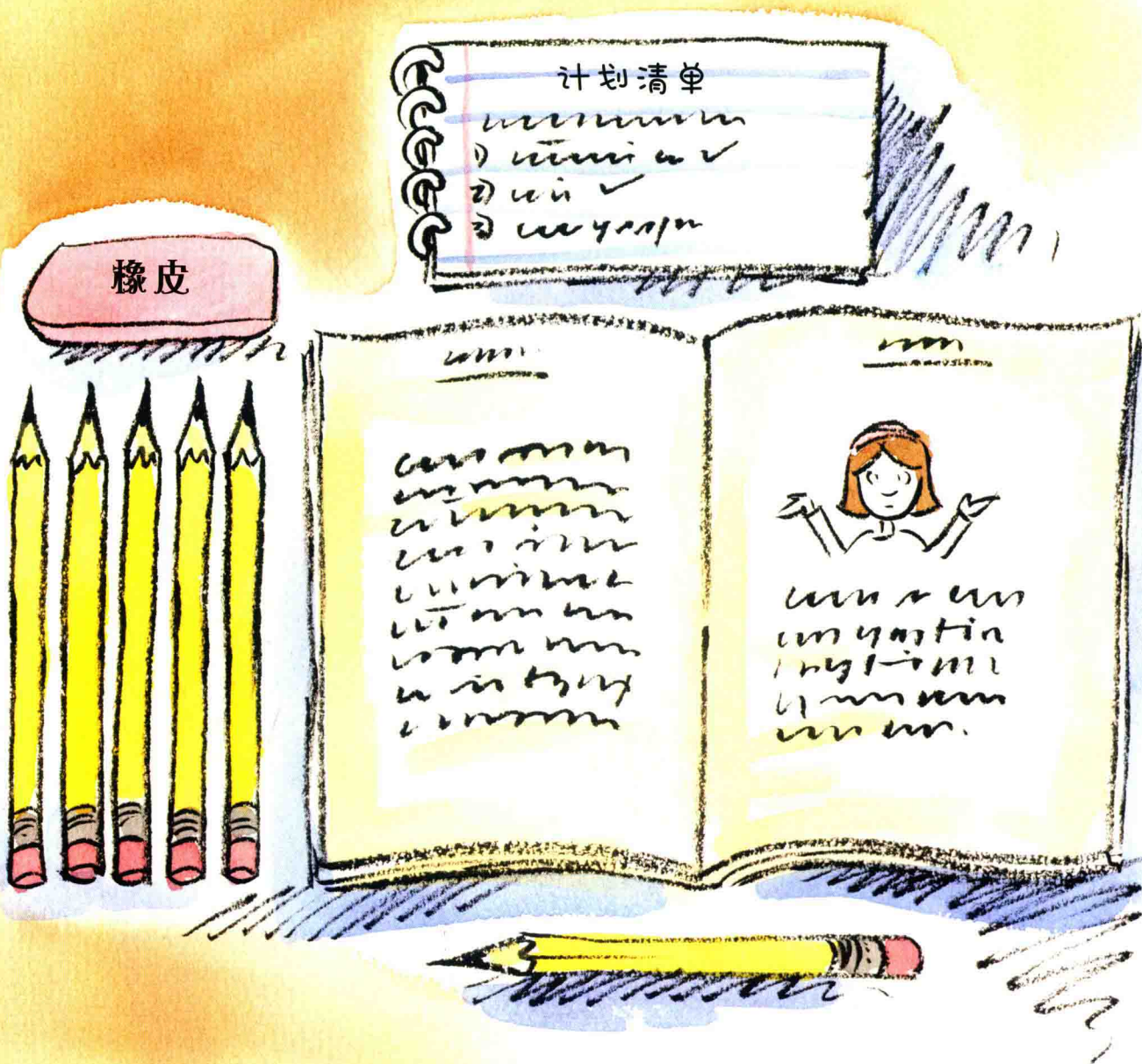
我收拾午餐盒和书包，
穿好衣服，去喂我的小猫。



我和爸爸妈妈吻别，
正赶上门外的校车。



到了学校，我把课桌收拾整齐，
再削好六支铅笔。
我打听有没有附加题，
反复确认要做的事。



午餐时我抽出一些湿纸巾，
先把桌上的细菌消灭干净。
我注意所有东西的朝向，
确保每个标签都能看得清。





我在课间休息时誊抄笔记。
(我受不了潦草的字迹！)



单词拼写，练习两次；
名人语录，温习一次。

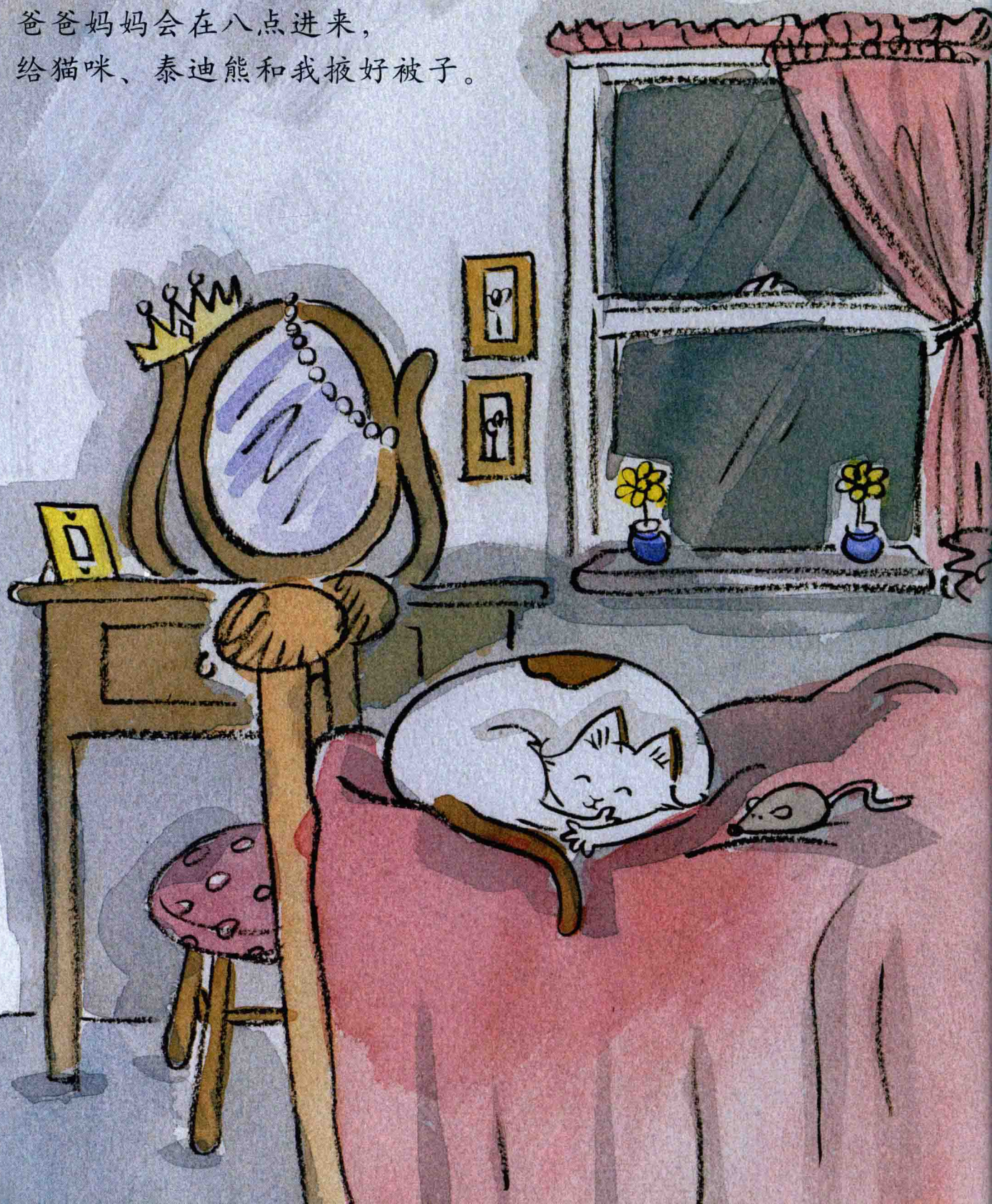


我坐校车回家，
四点开始写作业。



晚饭和爸爸妈妈一起吃，
然后接着做功课。

我穿上心爱的睡衣，
洗脸、梳头、刷牙齿。
爸爸妈妈会在八点进来，
给猫咪、泰迪熊和我掖好被子。



直到很晚我都没睡着，
我脑子里有太多太多想法。
我得反复检查“计划清单”，
然后把它收好放在床边。

