

棒棒仔
心灵之旅图画书
心理自助读物

海燕出版社

兔子洞里

学会对自己有信心

王一梅
李春
何

著
绘



棒棒仔
心灵之旅图画书
心理自助读物

兔子洞里

——学会对自己有信心

王一梅 著
李春苗 绘

海燕出版社





打开心灵的窗户，

拨动幼小的心弦。



送给我最最亲爱的宝贝



专家导读

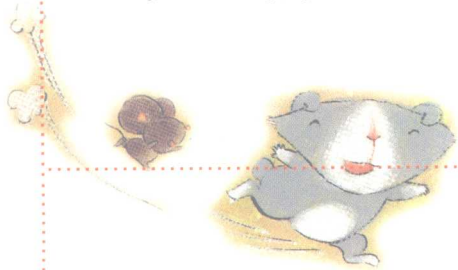
华东师范大学学前教育研究所 朱家雄 胡慧慧

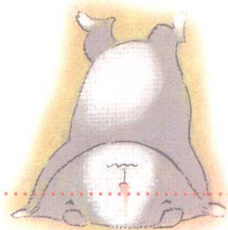
《兔子萝里》的线索其实是小兔子萝里自己对自己的误会：因为耳朵比其他兔子的耳朵短，怕被嘲笑是鼠类，所以离开了兔子的群体，先后化装成狗和熊，过他们的生活。故事不厌其烦地叙述了萝里作为兔子、狗和熊的三种不同生活，零零碎碎的细节让人忍俊不禁，又有些可怜这只单纯并有些傻气的小兔子。

《兔子萝里》涉及了一个很重要的话题：自信心。不管是一只兔子，还是一个孩子，甚至是大人，都应该学习怎样正确地看待自己，树立自信心。

故事中萝里的沮丧来源于自卑，而这种自卑是因为他只看到了自己的所谓缺陷，并且异常地不在乎。当他发现自己的耳朵比较短的时候就“再也不愿意把耳朵高高地竖起，他耷拉着耳朵，心情特别差”。即便是假装成狗的时候，他也因为没有狗优雅的长尾巴而“心情更加糟糕”。深深的自卑让他回避了做自己，更无法正视自己。

此时，我们需要想一想那只熊的话：做自己才是最快活的。是啊，萝里“想起狗啃骨头，他到一边吃青草的日子；想起熊啃玉米，他到



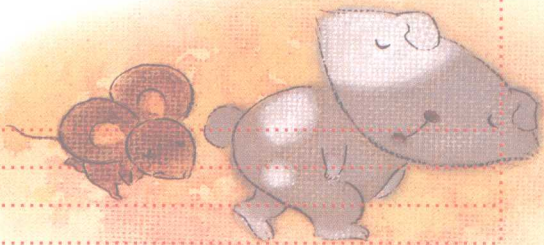


别处吃青草的日子”，觉得“这些日子让他感到不那么快活。他怀念起和兔子们一起吃青草的日子”。所以，首先要做自己。只有忠于自然的天性，生活才能更简单，也更容易快乐。

那么，自己耿耿于怀的那些“缺陷”要怎么面对呢？故事在结尾处给了我们很好的答案。一只兔子说：“有谁看见那只耳朵有些短的兔子？去年的时候，他堆的那个胡萝卜鼻子的雪人，最棒了。”原来，大家早知道他是短耳朵的兔子了，并没有看不起他，更没有把他当成鼠类。他的短耳朵，最多成为了一个特征或者标志。确实，很多时候我们只是有一些“不同”的地方，谁说那一定是“缺陷”呢？何况，大家夸他会堆很棒的雪人的时候，谁会计较他耳朵的长短呢？

萝里终于走出了对自己的“误会”，找到了自信心，做回了一只快乐的兔子。因为他学会了“做自己”，以及更加全面地看待自己。

另外，萝里可能是一只比较内向的小兔子，他有很多想法，但几乎不太说话。但别人一句简单的赞扬就可以把他从沮丧中拉出来。看来有时候，外界的肯定也是很重要的。



萝里是一只小兔子，
有着灰色的毛，
短短的耳朵，三瓣嘴。



和所有的兔子一样，萝里每天早晨在车前草旁边拉大便。



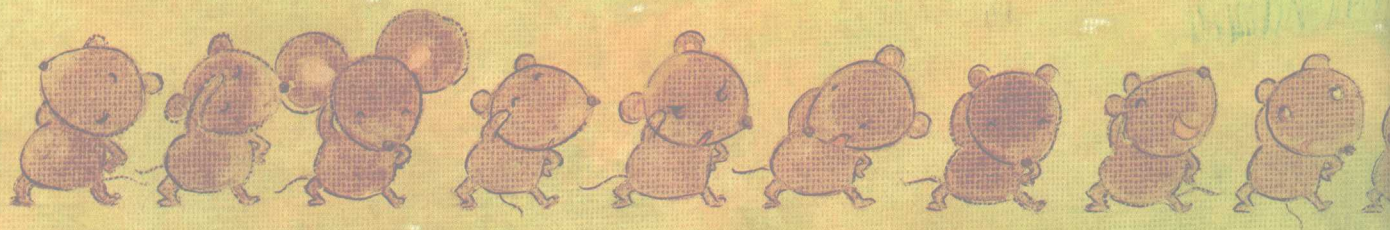
接着吃青草，



然后在灌木丛中捉迷藏。



最后和兔子们排成一排，在小溪边——



弯弯腰，踢踢腿，晃晃耳朵，做兔子操。



A large brown rabbit is shown from the chest up, looking down into a stream. Its reflection is visible in the water. The rabbit's ears are short and rounded. The water is a light greenish-blue color with some small fish visible. The background is a soft, hazy landscape with green hills and a blue sky.

一天，萝里从小溪的倒影
里发现自己的耳朵比其他兔子
的耳朵短。

真的，
短很多。

这让萝里非常吃惊。



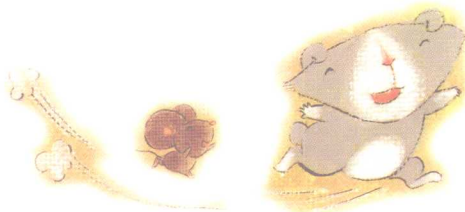
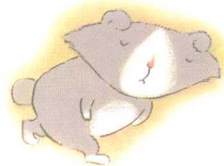


很久以前，他就听说，兔子和老鼠长得非常像，而区分他们的明显标记就是兔子的耳朵长，老鼠的耳朵短。如果大家发现他是只短耳朵的兔子，会不会瞧不起他？或者更加糟糕，大家会认为他是鼠类。



萝里再也不愿意把耳朵高高地竖起，他耷拉着耳朵，心情特别差。终于，他决定不当兔子了。

他把自己化装成灰狗的模样，大部分狗的耳朵比兔子的短，而且大部分时间都耷拉着。





现在，早晨醒来，萝里和狗一起到狗尾巴草旁边拉大便。



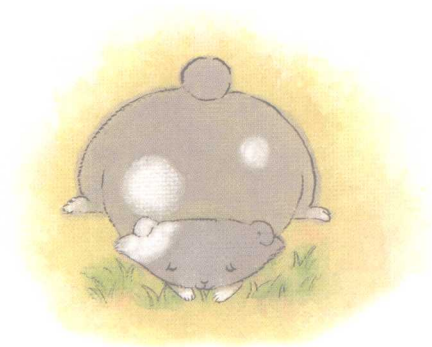
和狗排成一排，做狗操。

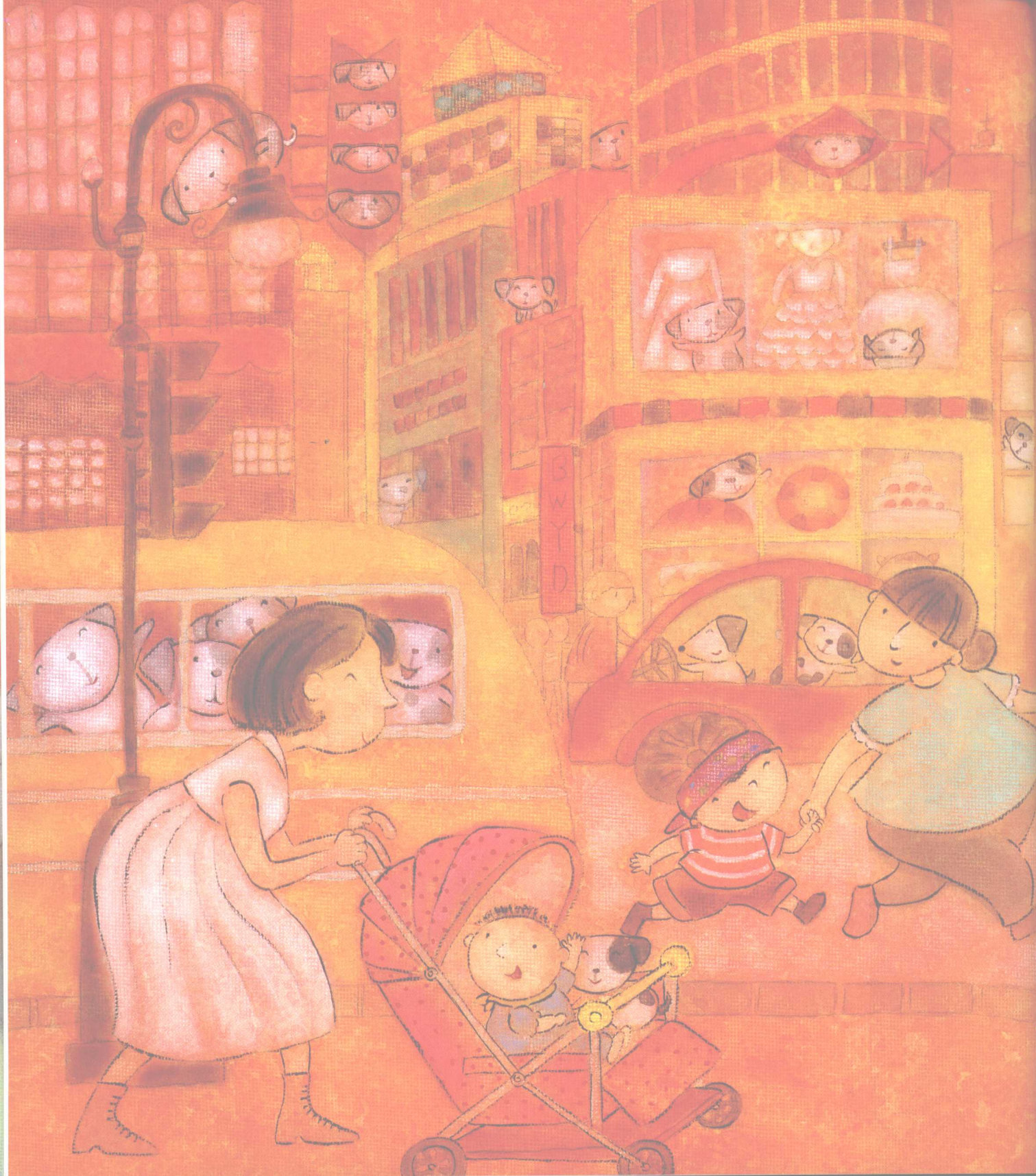


接着狗啃骨头，



他就去一边吃青草。







然后，在城市的高楼之间捉迷藏。

最后，和狗排成一排，坐在公园的长椅上读报。