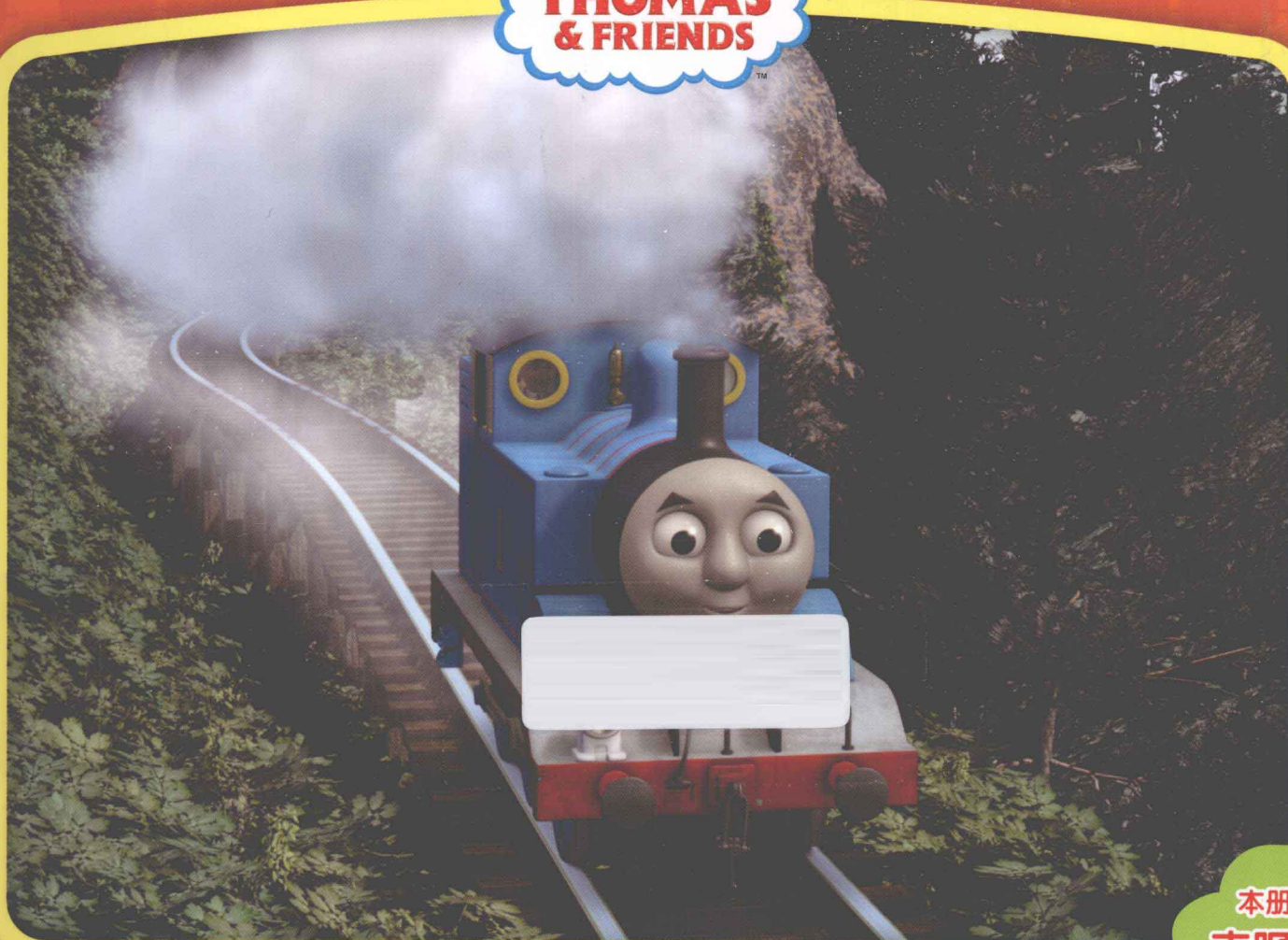


幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯和朋友

托马斯不要急匆匆

THOMAS
& FRIENDS



本册目标
克服急躁



打败坏情绪 → 宝宝有办法 → 妈妈好安心



童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版

Thomas the Tank Engine & Friends™



CREATED BY BRITT ALLCROFT

Based on the Railway Series by the Reverend W Awdry

© 2013 Gullane (Thomas) LLC. A HIT Entertainment company.

Thomas the Tank Engine & Friends and Thomas & Friends are trademarks of Gullane (Thomas) Limited.

Thomas the Tank Engine & Friends and Design is Reg. U.S. Pat. & Tm. Off.

All rights reserved.

Simplified Chinese language translation © Gullane (Thomas) LLC 2013

中文简体字版权属于 Gullane(Thomas) 责任有限公司, 由人民邮电出版社出版发行
未经出版者书面许可, 不得以任何形式对本出版物之任何部分进行使用

图书在版编目(CIP)数据

托马斯不要急匆匆 / 艾阁萌(英国)有限公司著;
童趣出版有限公司编. -- 北京: 人民邮电出版社,
2013.2

(托马斯和朋友幼儿情绪管理互动读本. 第2辑)
ISBN 978-7-115-30593-0

I. ①托… II. ①艾… ②童… III. ①儿童文学-图
画故事-英国-现代 IV. ①I561.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第312249号

托马斯和朋友幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯不要急匆匆

责任编辑	李 佳	编	童趣出版有限公司
执行编辑	邵家璇	出 版	人民邮电出版社
编 写	林仲子	地 址	北京市东城区交道口菊儿胡同七号院(100009)
封面设计	姜 婷	网 址	www.childrenfun.com.cn
排版制作	优优图文		

读者热线: 010-84180588 经销电话: 010-84180459

印 刷	北京尚唐印刷包装有限公司
开 本	889×1194 1/20
印 张	1.75
字 数	25千字
版 次	2013年2月第1版 2013年2月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-115-30593-0
定 价	10.80元

版权专有, 侵权必究; 如发现质量问题, 请直接联系读者服务部: 010-84180588-5。

托马斯不要急匆匆

爸爸妈妈焦点指南

您的宝宝是否总着急做自己感兴趣的事，

然后因为手忙脚乱而出错？

当您的宝宝急于把一件事情赶快做完时，

是不是只求快，不求好？

您的宝宝心急火燎地想完成任务时，

是不是听都不听他人的建议？

您的宝宝是不是一着急就喜欢发脾气？

这是宝宝太急躁了。

快快往下翻，

读故事，玩游戏，看指导，

和宝宝一起对付这个叫“急躁”的冒失鬼吧！



让宝宝做情绪的主人



儿童心理教育专家 《父母必读》主编 徐凡

情绪无论好坏，都伴随着人的整个生命旅程，每一种情绪都有重要的生物学意义，对孩子的生存具有一定的贡献。在生活经验中，我们发现一种现象：强烈的情绪，比如狂喜、暴怒、极悲，有可能使人的心智变得狭窄，因其过度调用身体资源，还会对生理健康造成一定伤害。还有一些情绪，比如好胜或逆反，有的会给人带来动力，有的则会伤害人与人之间的关系。

孩子的心灵，犹如一个容纳各种情绪的盒子，无论好坏，哪一种都不应该被排斥在外。家长需要做的就是帮孩子建立起管理这个盒子的心智体系。不管是正面情绪还是负面情绪，如果我们能协助、引导孩子积极正面地认识它们、接受它们、管理它们，我们将看到一个情绪丰富、情感丰满的孩子茁壮成长。

在这套书中，有一系列帮我们认识和调控消极的负面情绪，以及强化和放大积极的正面情绪的好方法，相信在亲子共读的过程中，父母和孩子都会有收获。



儿童心理咨询专家 北京友谊医院副主任医师 柏晓利

多年前，当我们还是孩子时，我们的情绪往往不被父母重视，有时我们会觉得委屈和压抑，甚至埋怨父母不懂自己。那时，我们更不懂得如何表达情绪，我们的童年经常受到坏情绪的困扰。现在，我们做了父母，开始知道，对孩子的情绪不能简单地用语言禁止、否定或者漠视，情绪需要用智慧来管理。这套情绪管理丛书，就是这样一套能帮助父母应对3~6岁宝宝的情绪，弥补我们童年缺失的丛书，是为宝宝成长助跑和为父母补课的好书。

这套丛书将情绪管理这一理论深入浅出，用3~6岁宝宝能理解的生动故事和充满童趣的语言，把人最基本的情绪逐层解析，帮助父母和宝宝轻松地学会情绪管理，开启通往快乐、幸福人生的大门。

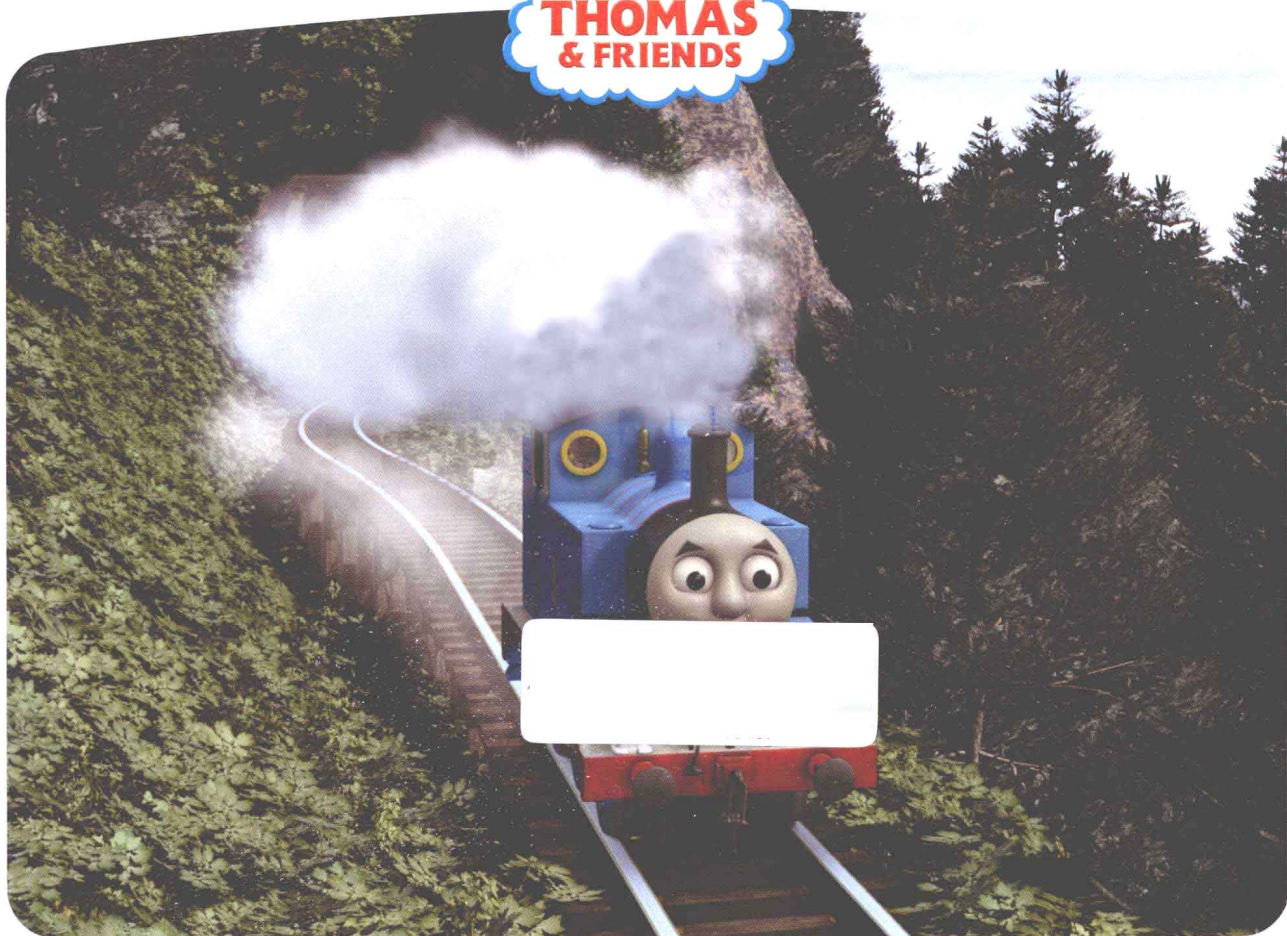
当您给宝宝读这本书时，请您回想自己还是孩子时的感受，用孩子的视角来理解、接纳和管理宝宝的情绪。阅读这样一套丛书，您的宝宝会受益终生，而您自己将会是最大的受益者。

· 幼儿情绪管理互动读本 第二辑 ·

托马斯和朋友

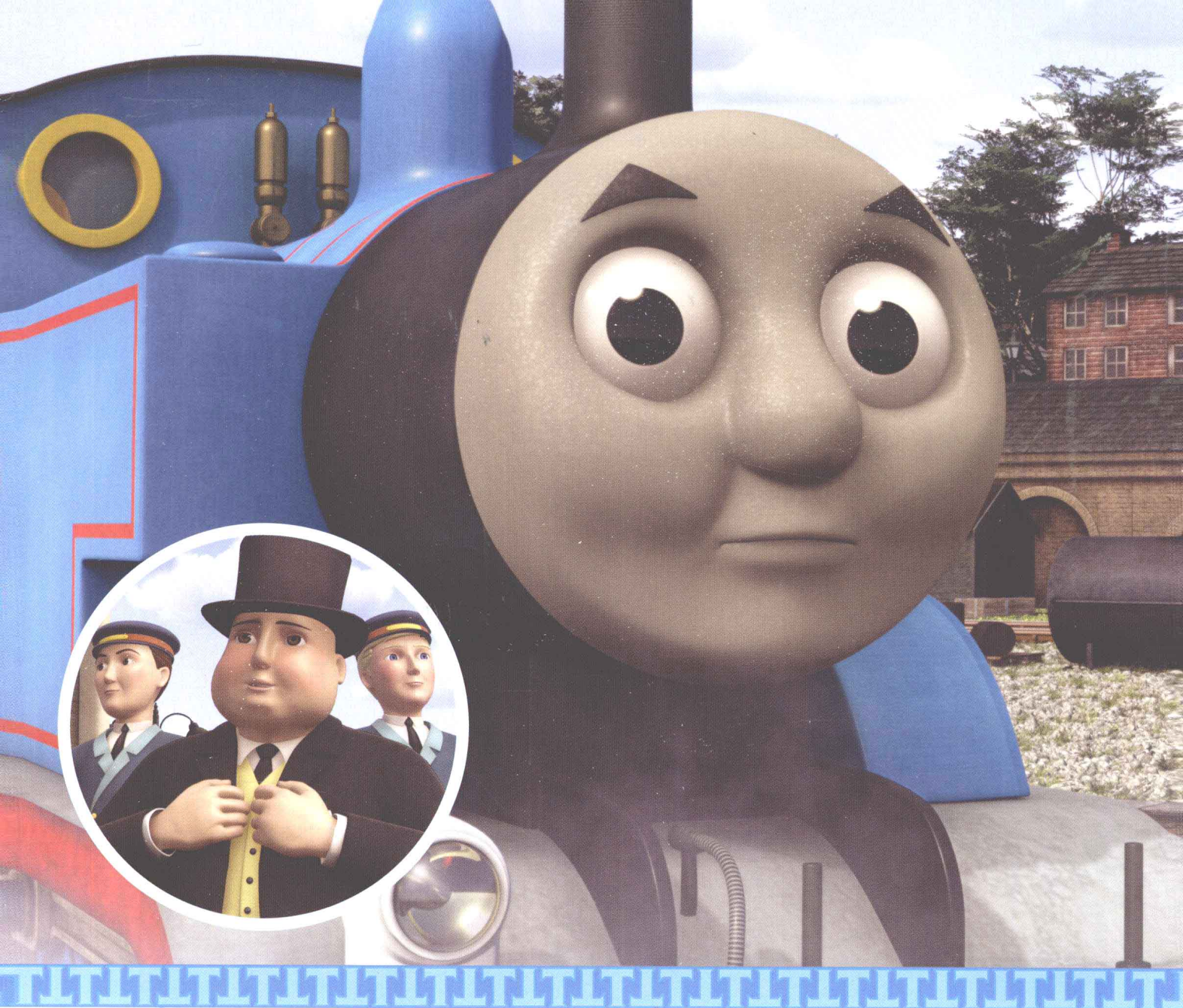
托马斯不要急匆匆

THOMAS
& FRIENDS

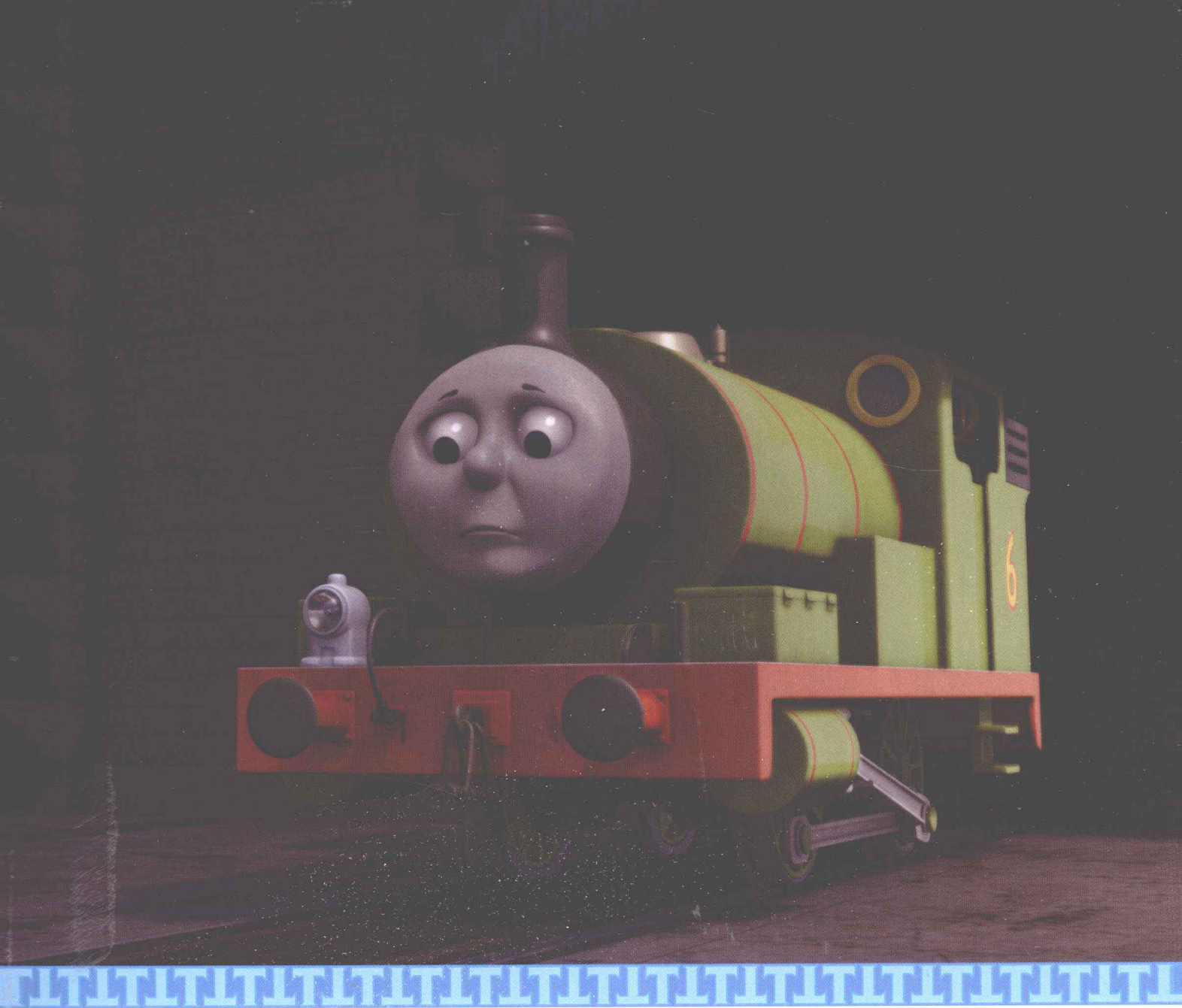


童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版
北 京

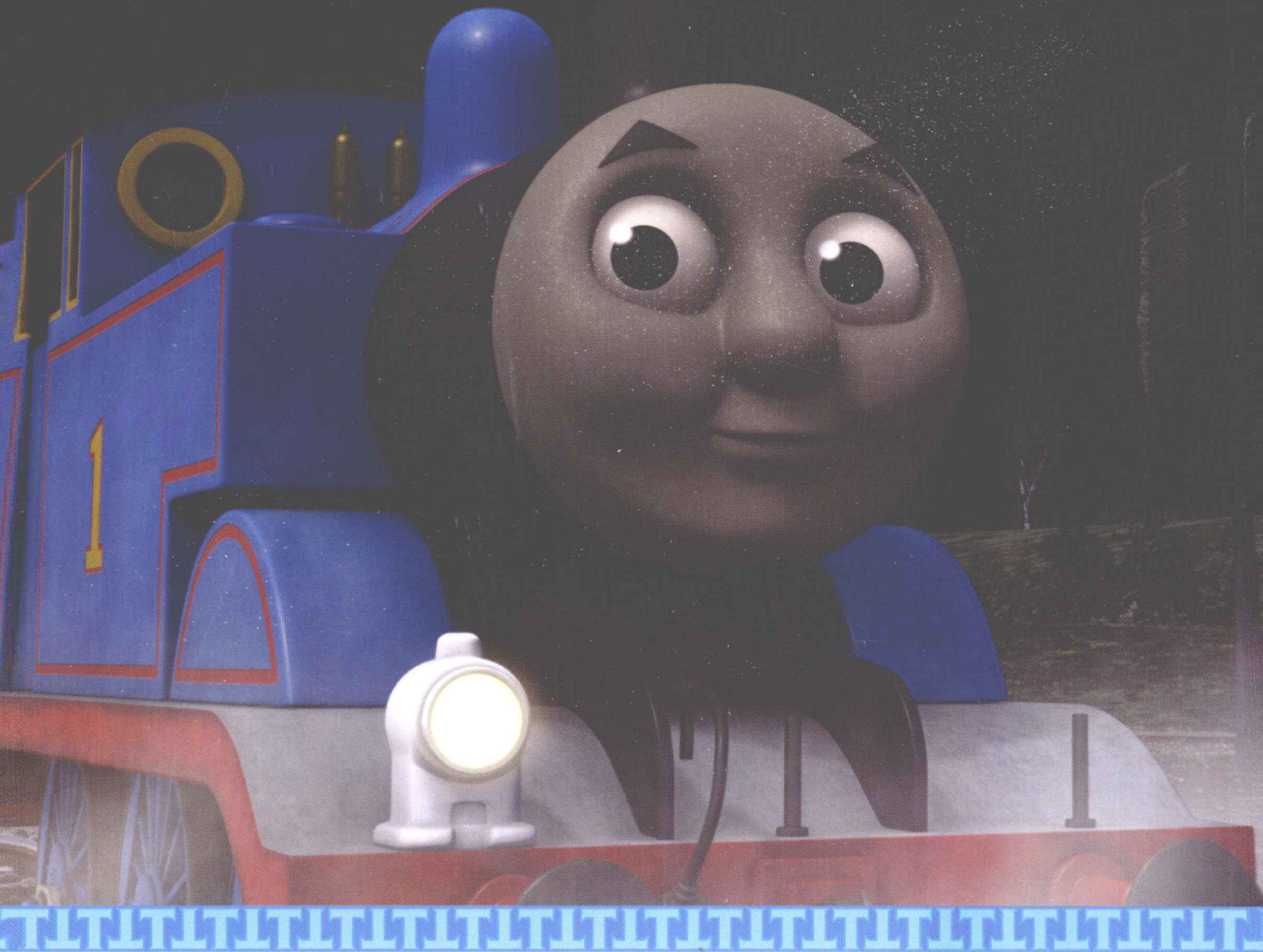
此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com



清晨，胖总管安排任务说：“托马斯，培西的活塞坏了，明天你来拉邮车。”托马斯开心极了，他可是一直都很想拉邮车呢！他嘟嘟嘟地吹响汽笛：“我一定会比培西送得更好更快！”



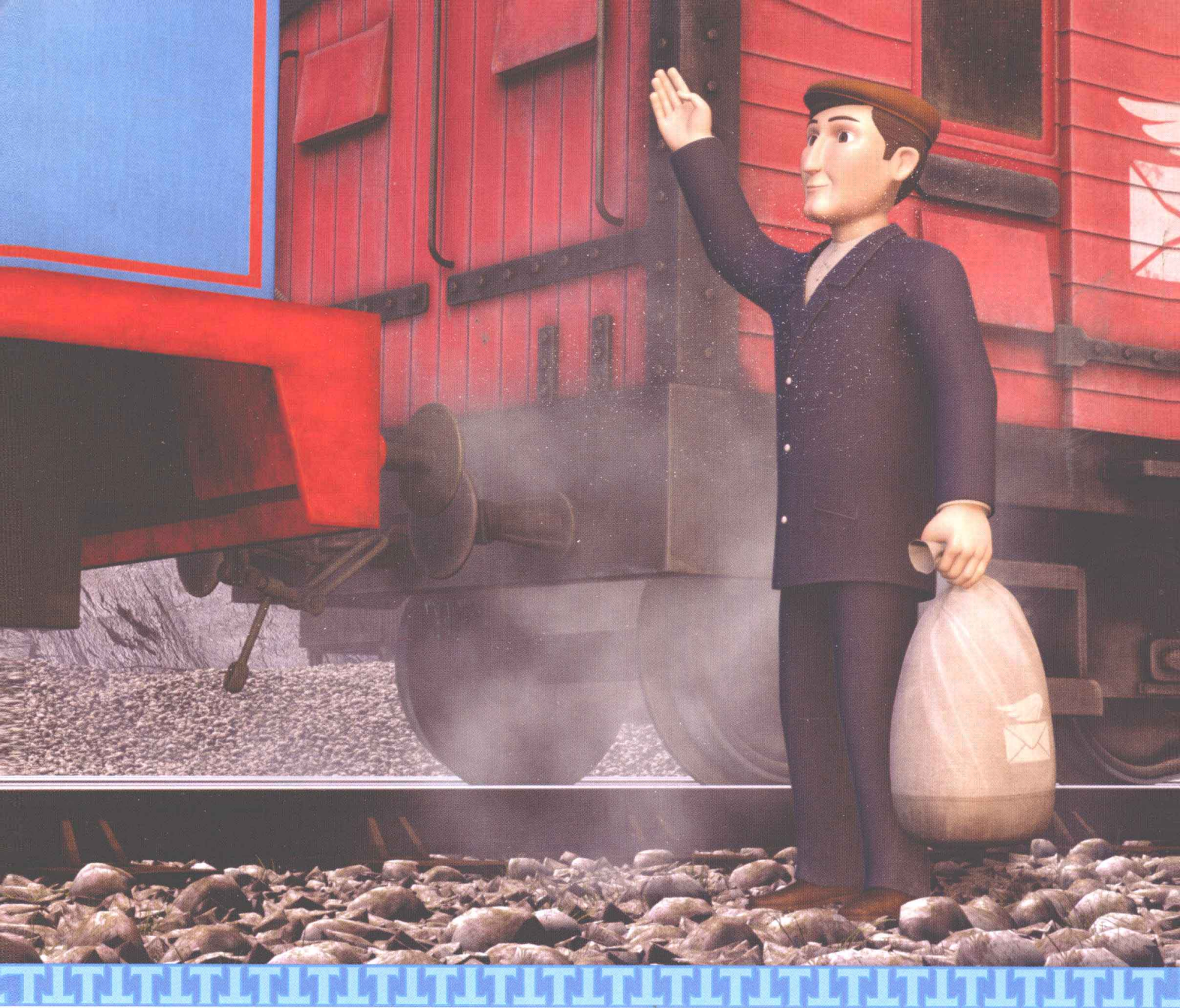
晚上，托马斯到修理厂看望培西。培西的活塞还没修好，他看上去闷闷不乐。“别担心，明天我会替你拉邮车。”托马斯说。“需要我告诉你该怎么做吗？”培西打起精神问。



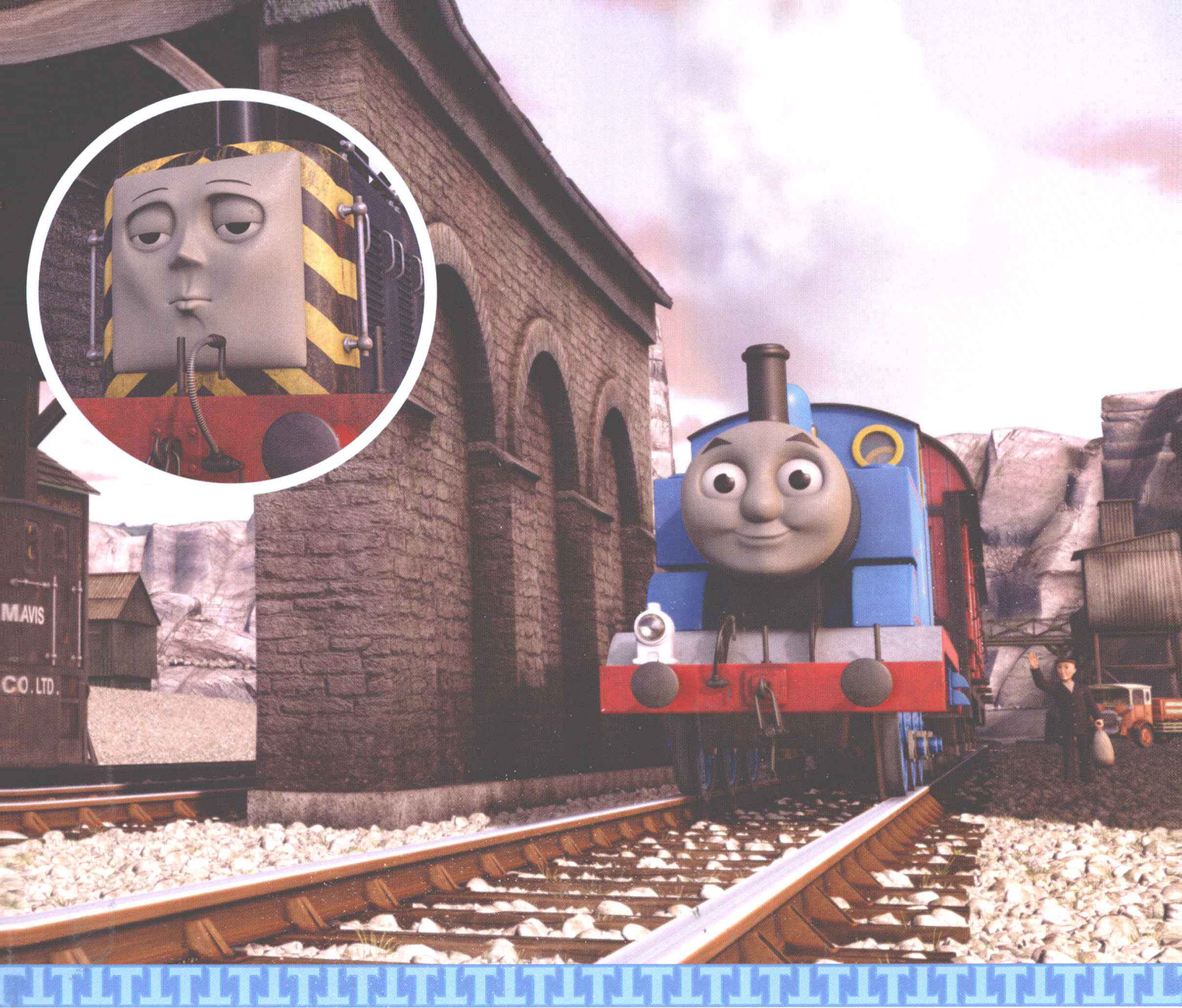
“不用，我知道该怎么做。”托马斯信心满满地回绝了。“可是，拉邮车要注意……”培西的话还没说完，托马斯就已经跑远了，他急着回去睡觉，明天还要早起送邮件呢。



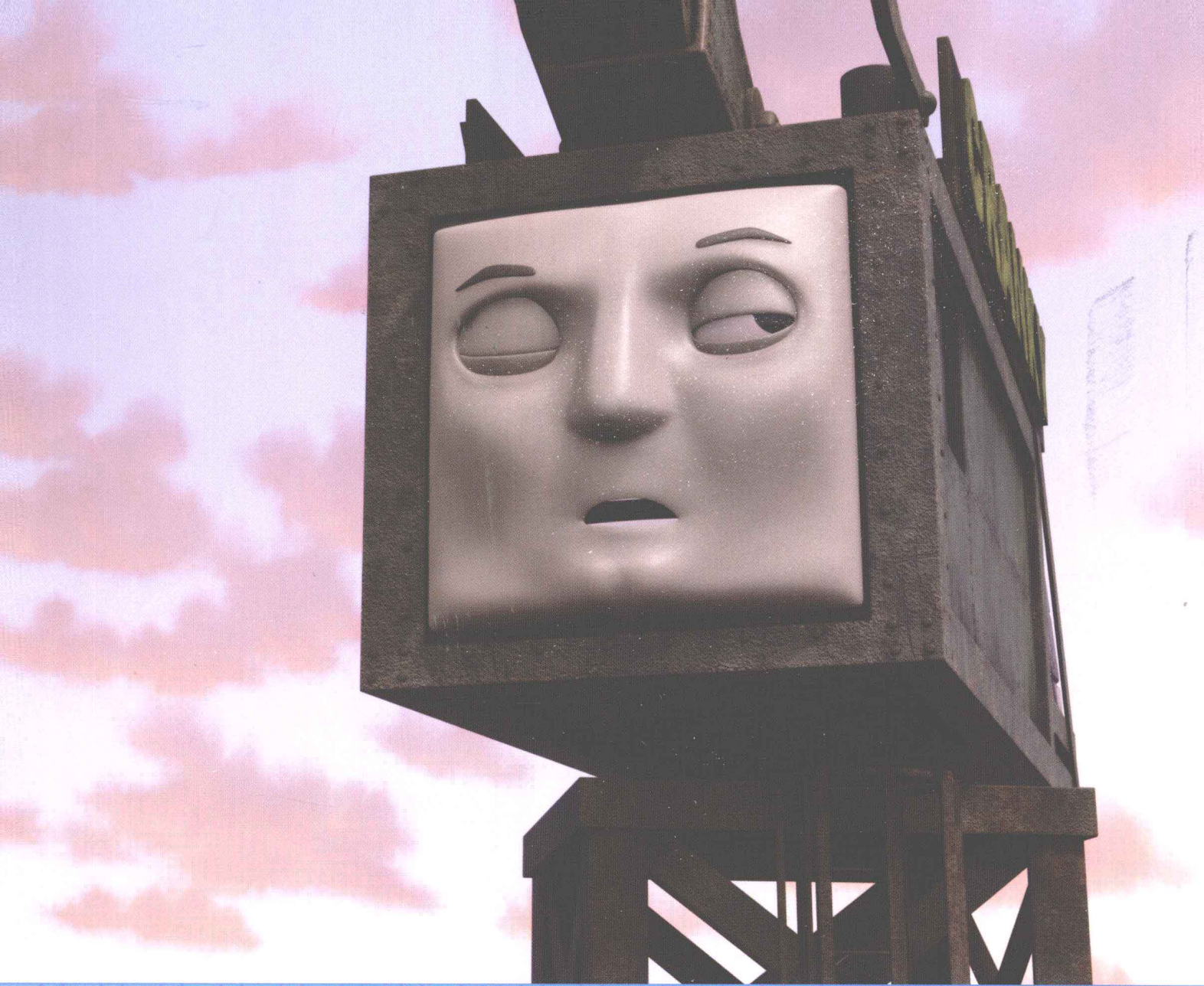
第二天，朝霞还挂在天边，托马斯就已经出发了。想到要去拉邮车，他兴奋得一夜都没睡好。托马斯喷着气，急匆匆地跑在铁轨上，一路上静悄悄的，大家都还在睡觉。



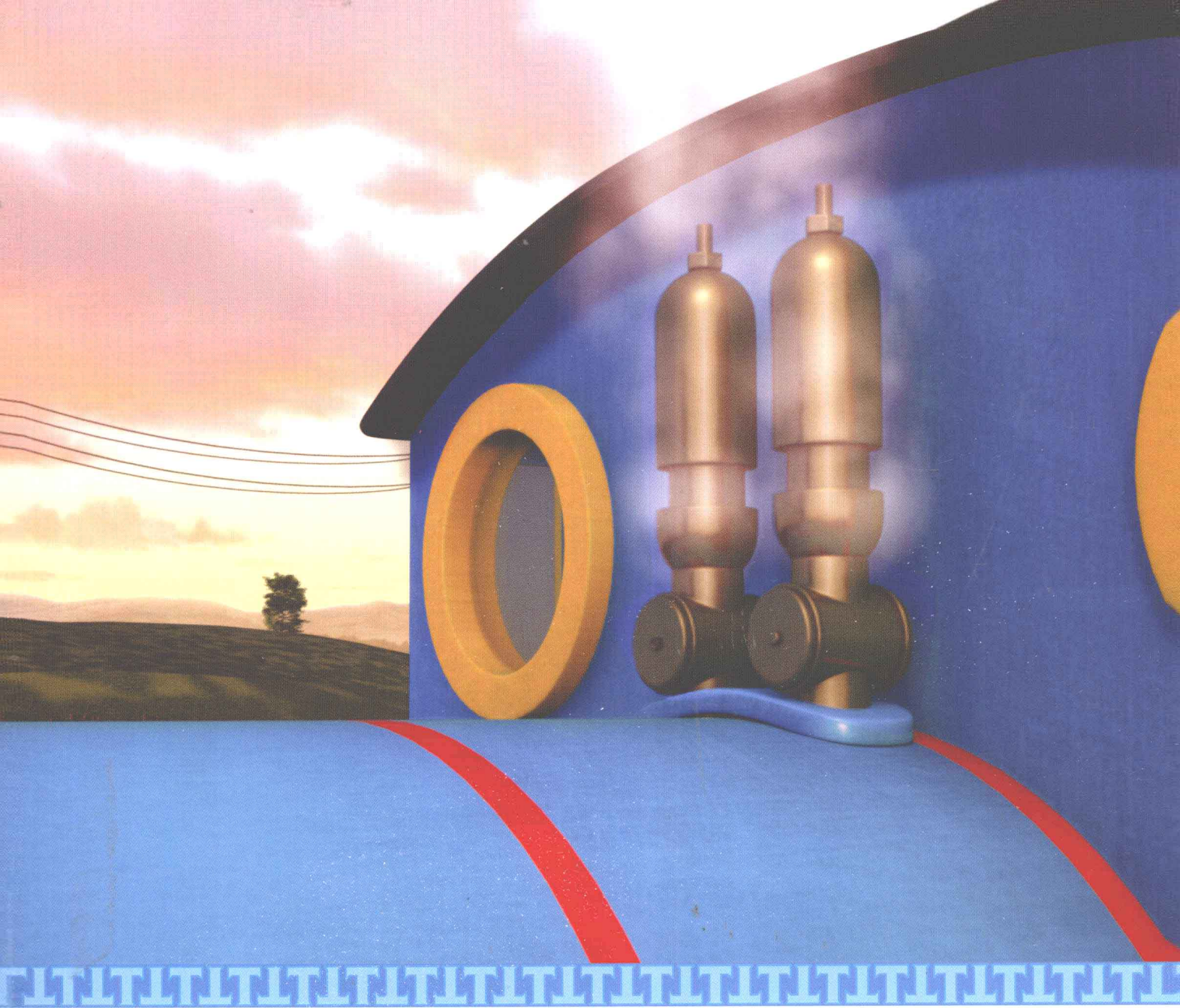
快到采石场了，托马斯想：“时间紧张，我得提前通知采石场主管，他的邮件到了。”于是，他憋足气，使劲儿吹响汽笛。采石场主管取下邮件，还没打招呼，托马斯就迫不及待地跑开了。



“是谁这么吵啊？”马维斯撑起眼皮，不开心地问。原来，托马斯的汽笛声吵醒了沉睡中的马维斯。但托马斯并不知道，他光想着赶快送完邮件，一秒都没有停。



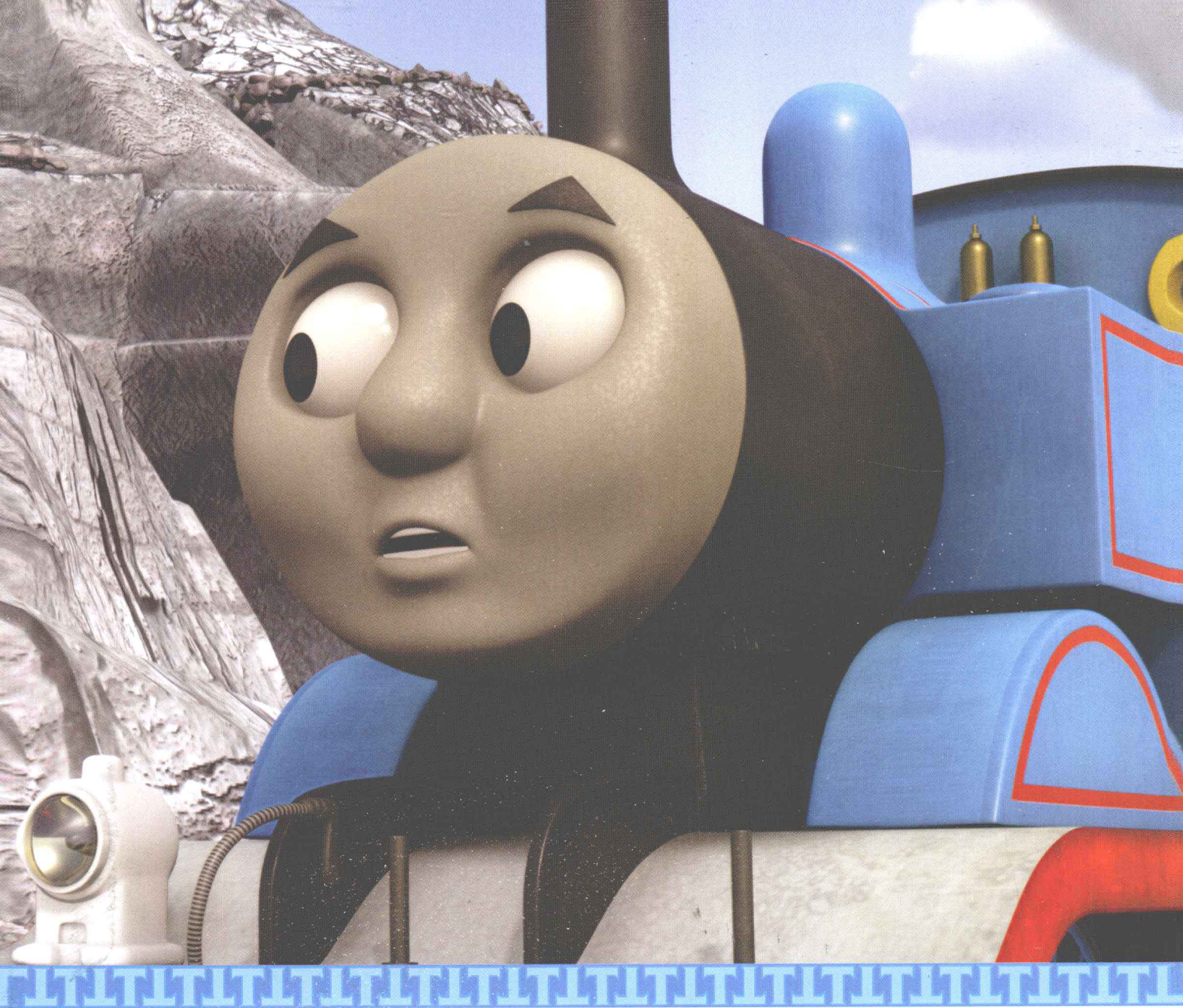
托马斯冲向码头，他想：“时间紧张，我得提前通知码头主管，他的邮件到了。”托马斯觉得送邮件轻松又顺利，他很开心，汽笛吹得更响亮，把高处的克兰奇都吵醒了。



最后一站，托马斯来到修理厂。能够这么快地送完邮件，托马斯兴奋极了，像有小鹿在他的炉膛里奔跑，他的汽笛发出最响的声音。修理厂总管刚拿到邮包，托马斯就飞快地开走了。



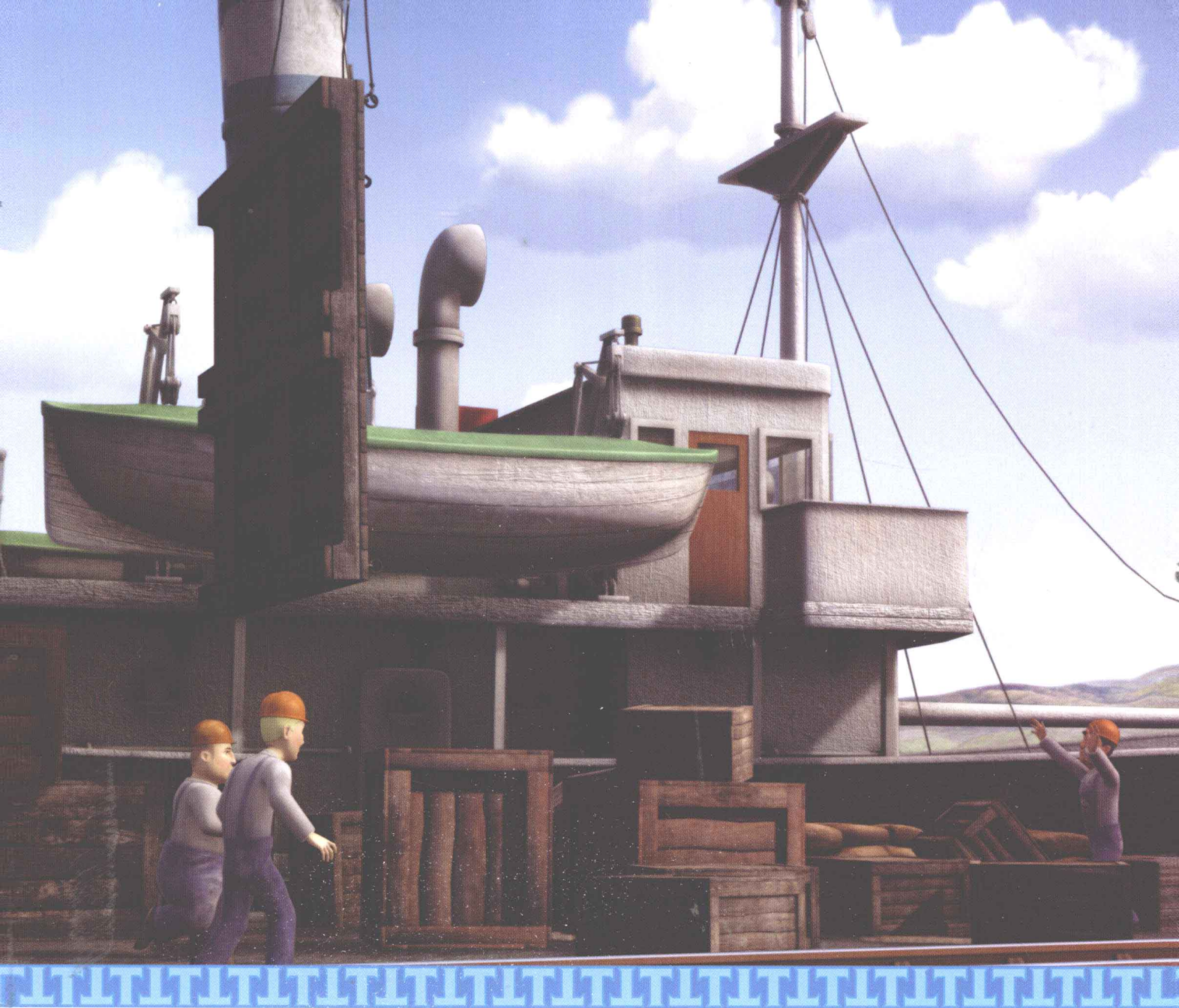
托马斯没有发现自己刺耳的汽笛声吵醒了维多和凯文。“什么声音啊，头儿？”凯文迷迷糊糊地咕哝。“谁知道呢，一只早起的鸟儿？”维多不舒服地皱着眉头。



中午，托马斯经过采石场，看见马维斯正往车厢里装石板。可是，马维斯没有把她的货车对准料斗，“哗啦啦！”石板全掉到了地上，落得到处都是。托马斯吃惊地瞪大了眼睛。



“真奇怪，马维斯做事很认真，从来不会出错呀。就像我一样，连送邮件都能又快又顺利地完成。”托马斯思索着，他没有看到，马维斯睡着了，所以才没有把货车对准料斗。



托马斯经过码头，看到克兰奇正从船上卸下一些大箱子。可是，箱子左摇右摆，晃来晃去，然后“轰隆”一下从克兰奇的运送板上掉下来，重重地摔在了地上。