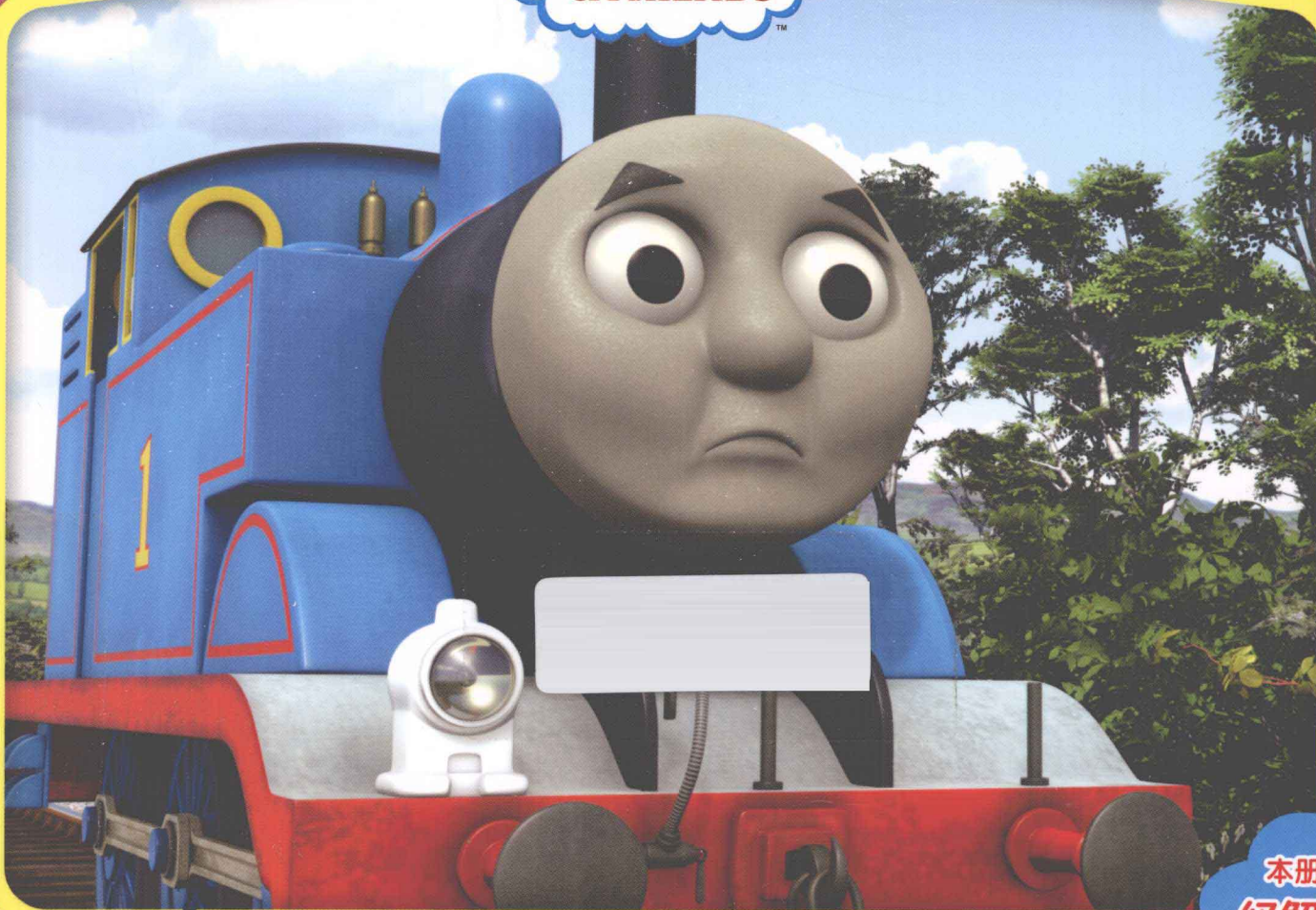


幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯和朋友

托马斯不要泪汪汪

THOMAS
& FRIENDS



本册目标
纾解委屈



打败坏情绪 → 宝宝有办法 → 妈妈好安心

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 (C I P) 数据

托马斯不要泪汪汪 / 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 978-7-115-30683-8

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311398号

托马斯和朋友幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯不要泪汪汪

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 978-7-115-30683-8
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。

托马斯不要泪汪汪

爸爸妈妈焦点指南

您的宝宝是不是会突然闷闷不乐？

是不是会冲你喊叫哭闹？

别担心，他或许是受了委屈。

当您的宝宝感到委屈时，

他的反应激烈吗？

面对泪眼汪汪的宝宝，

您是不是手足无措，

不知该如何应对？

往下翻，这里有您寻找的答案！

读故事，玩游戏，看指导，

和宝宝一起赶跑这个叫“委屈”的黏黏虫吧！



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

托马斯不要泪汪汪



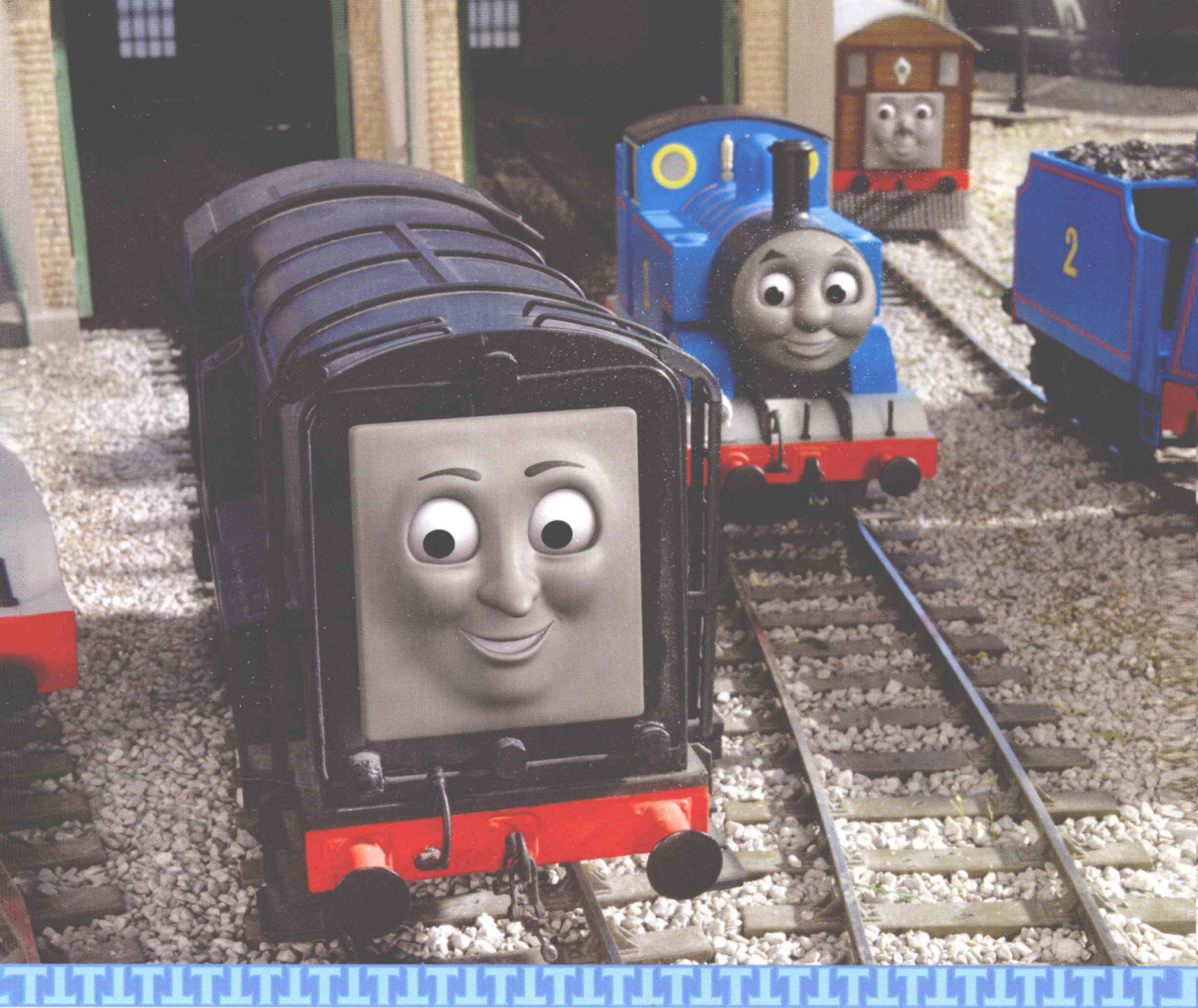
童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版
北 京



今天多多岛上最大的火车站——纳普福特的建站纪念日，为了纪念这个特别的日子，那儿将会举行一个盛大的庆典。小火车们要合影一张，并贴在布告牌上，大家兴奋极了。



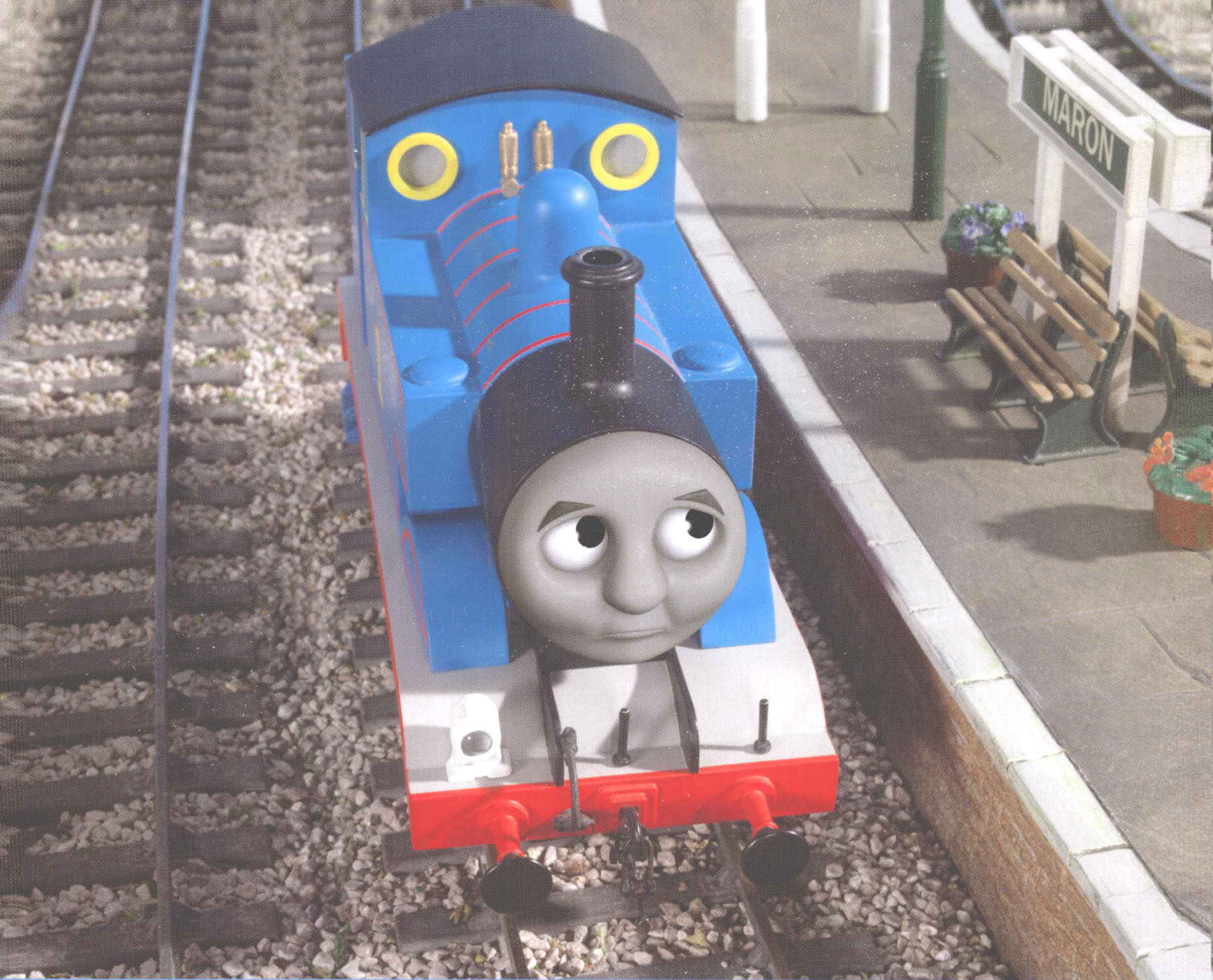
摄影师遇到了点儿小麻烦，他发现镜头里没有装下所有的小火车。“詹姆士，你退后一点儿。还有你，培西，往前站一些。”摄影师一边说一边指挥小火车们挪来挪去。



“狄塞尔，你往前移一点儿。”摄影师说。狄塞尔往前挪了挪。“咔嚓！”摄影师按下快门。托马斯只顾着高兴，没有注意到狄塞尔正好挡住了他，狄塞尔也没有察觉到。



胖总管把取布告牌的任务交给了托马斯。托马斯高兴地叫道：“太棒了！我是第一个看到布告牌的小火车！”他喷着气穿过绿油油的田野，冲到麦朗火车站。看，布告牌就在那里！



可当托马斯看到布告牌时，他惊得车轴都僵硬了：布告牌里根本看不到自己，狄塞尔完全挡住了他。“狄塞尔想让自己看起来更帅气，他一定是故意挡住我的。”托马斯酸溜溜地想。



托马斯的锅炉里装满了委屈，他一路向前冲，没看到一头奶牛正停留在铁轨上。等发现时，他慌忙拐进岔道，却一头撞到了缓冲器上。布告牌高高飞出去，“扑通！”掉到了湖里。

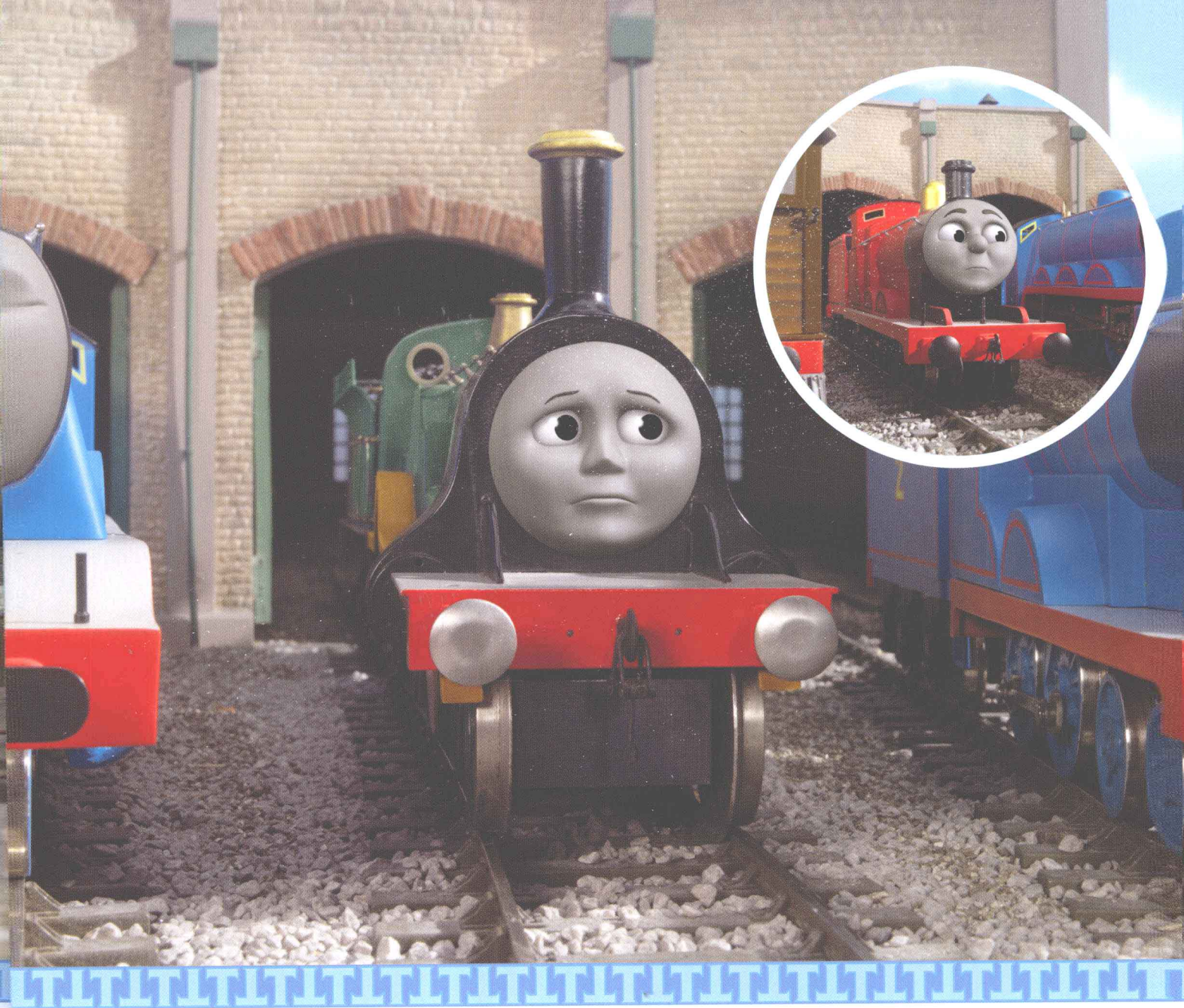
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



摄影师只好让托马斯通知大家重新拍照。很快，小火车们都赶回到机房，唯独缺了狄塞尔。原来，一看到狄塞尔，托马斯就想到他故意挡住自己的事，所以没有告诉他。



托马斯开心地从艾蜜莉身边探出头，偷偷地想：“这次我一定要站到醒目的位置。”“摄影师什么时候来？我还要去机场接小丑演员基戈先生呢，我可不能迟到啊！”高登粗着嗓子说。



艾蜜莉也一脸不乐意地说：“我还要去布兰达汉码头接管弦乐队呢！”“我还要去梅斯威火车站拿庆典用的彩旗和装饰品呢！我很忙！”詹姆士也忍不住嚷嚷说。



小火车们不知道托马斯心里的委屈，对重新拍照的事都在不停地抱怨。“只是重新拍照，很快就好了，不会耽误大家很多时间。”托马斯憋着委屈，安抚伙伴们说。



“我这就去接摄影师！”托马斯一分钟也不敢耽搁，喷着气，咔嚓咔嚓赶往麦朗火车站。没有被拍进照片，他已经很伤心了，大家的抱怨让他心里更难受，炉膛里酸酸的、涩涩的。



托马斯刚接到摄影师，就看到狄塞尔迎面开来。“天哪！不能让狄塞尔知道重新拍照的事！”他赶快喷出大团蒸汽。狄塞尔开走了，可蒸汽把照相机弄潮了，重新拍照的事又要推迟。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com