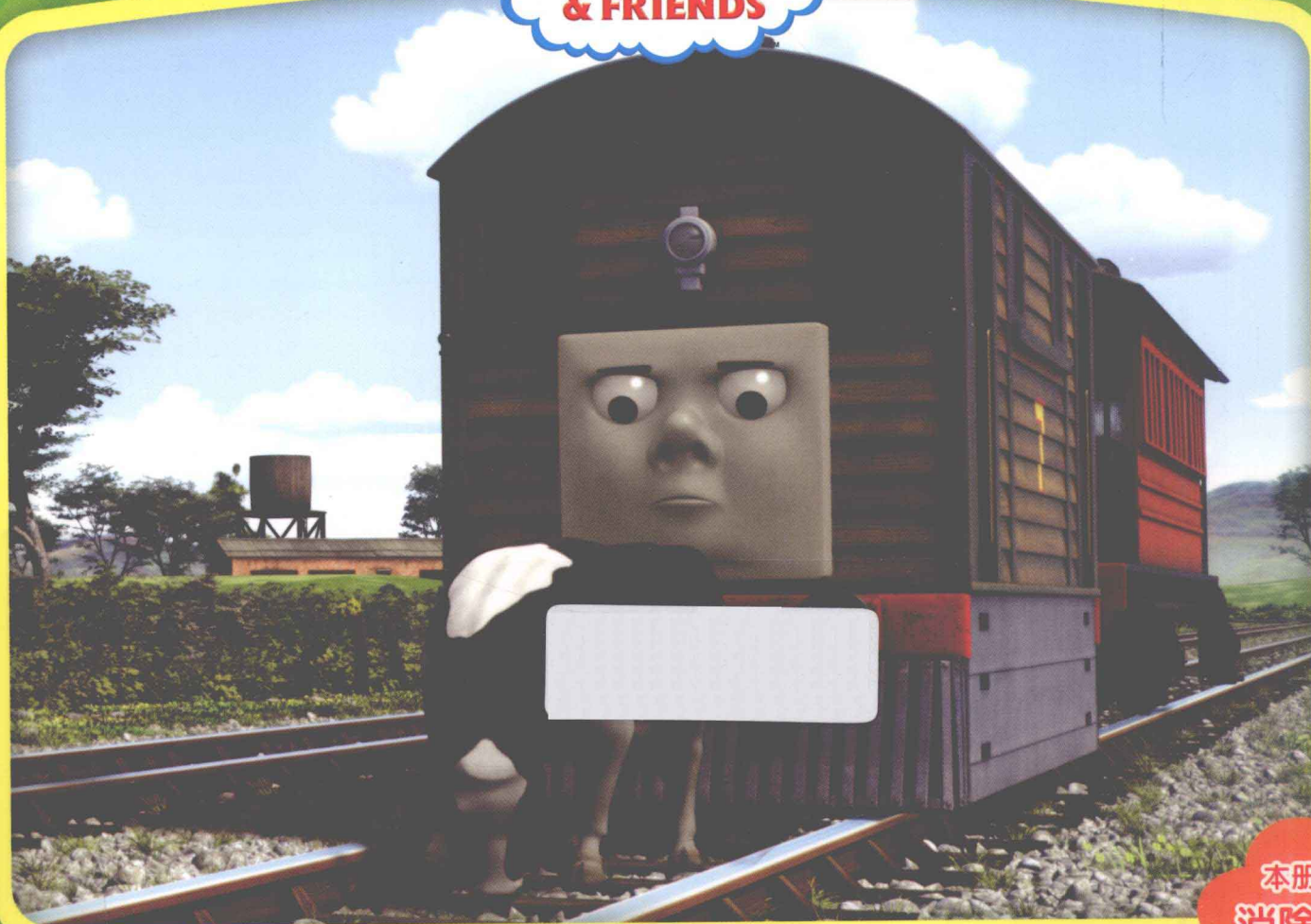


幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯和朋友

托比不要再说“不”

THOMAS
& FRIENDS



本册目标
消除逆反



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

托比不要再说 / 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 978-7-115-30605-0

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311896号

托马斯和朋友幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托比不要再说

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	载 阳	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 978-7-115-30605-0
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。

· 托比不要再说“不” ·

爸爸妈妈焦点指南

亲爱的家长，当您给宝宝布置任务时，
您的宝宝会不会偏着脑袋，故意说“不”？

当您着急让宝宝做一件事时，

他是不是会故意慢吞吞的？

当您告诉宝宝自己的某个期望时，

他有没有故意逆着你的想法行动？

您是不是想知道宝宝为什么偏偏不听话？

您是不是更想知道怎样才能让他不要故意拒绝？

小火车会告诉您为什么、怎么办。

读故事，做游戏，看指导，

和宝宝一起战胜这个喜欢说“不”的讨厌鬼吧！



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。

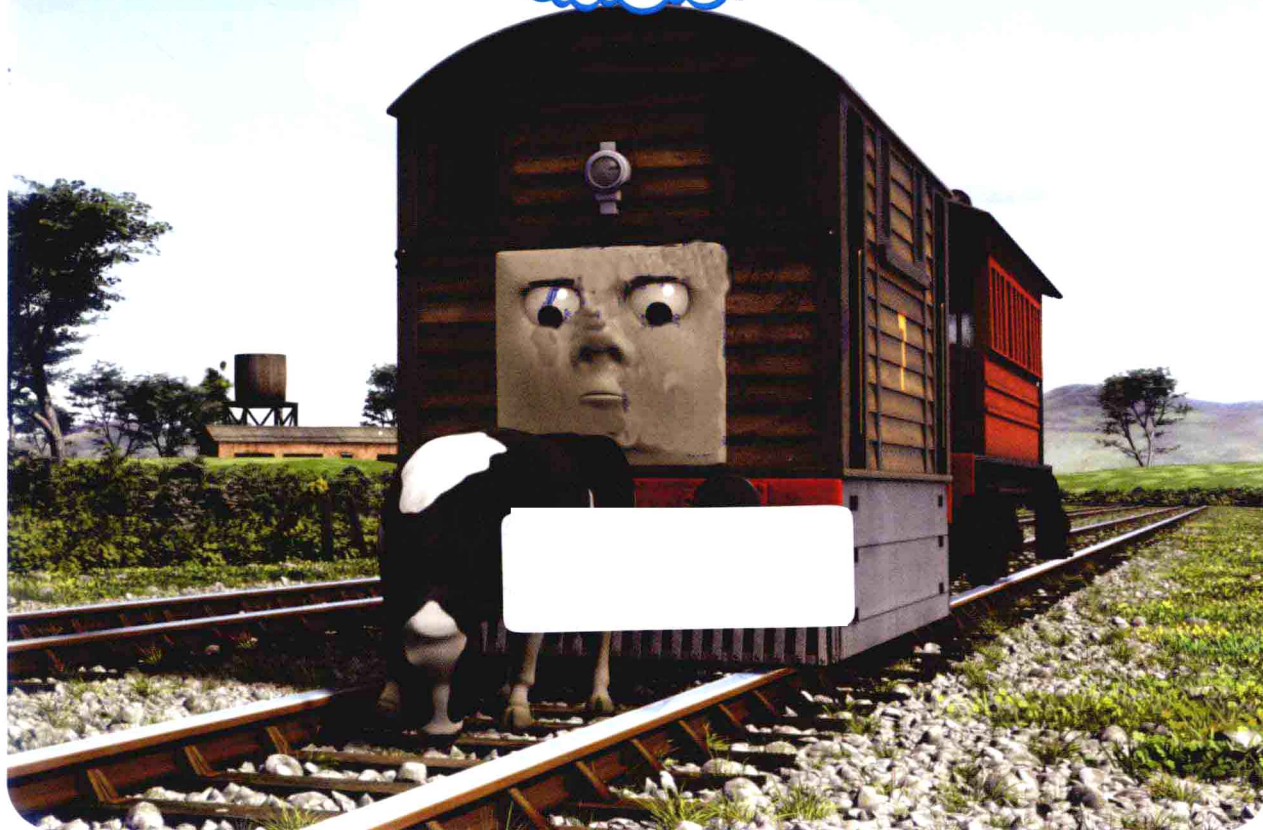
当您给宝宝读这本书时，请您回想自己还是孩子时的感受，用孩子的视角来理解、接纳和管理宝宝的情绪。阅读这样一套丛书，您的宝宝会受益终生，而您自己将会是最大的受益者。

幼儿情绪管理互动读本 第二辑

托马斯和朋友

托比不要再说

THOMAS
& FRIENDS



童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版
北 京

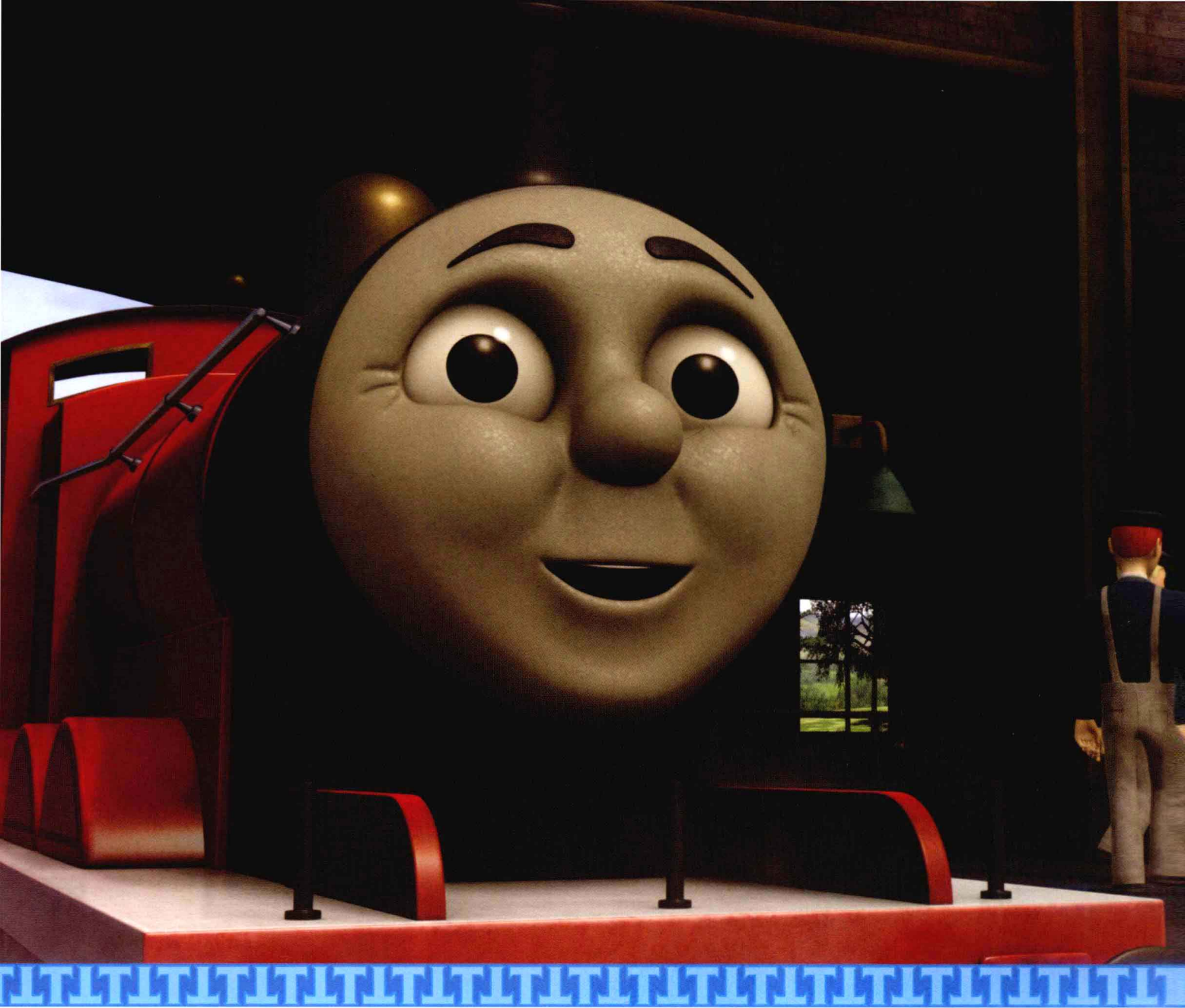
此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com



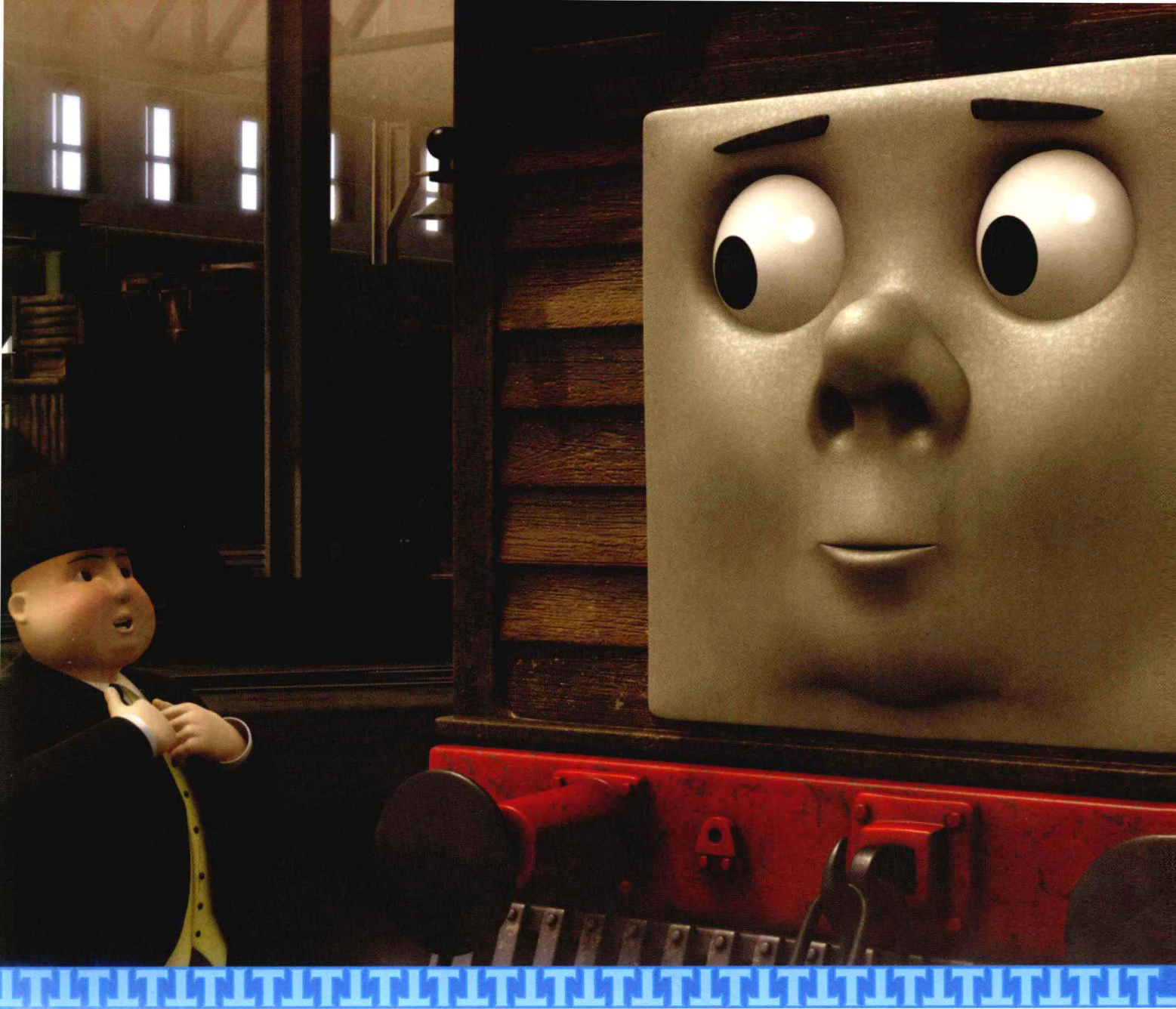
一天，托比沮丧地来到修理厂，因为他的铃铛锈迹斑斑，发不出清脆、悦耳的声音了。工人必须把铃铛拿下来清洗。



备用铃铛用完了，工人只好给托比安上一个鸣声汽笛。“你觉得这个汽笛怎么样？”工人问他。托比觉得这个新汽笛怪怪的，就像顶了一个水烟袋，一点儿也不舒服。



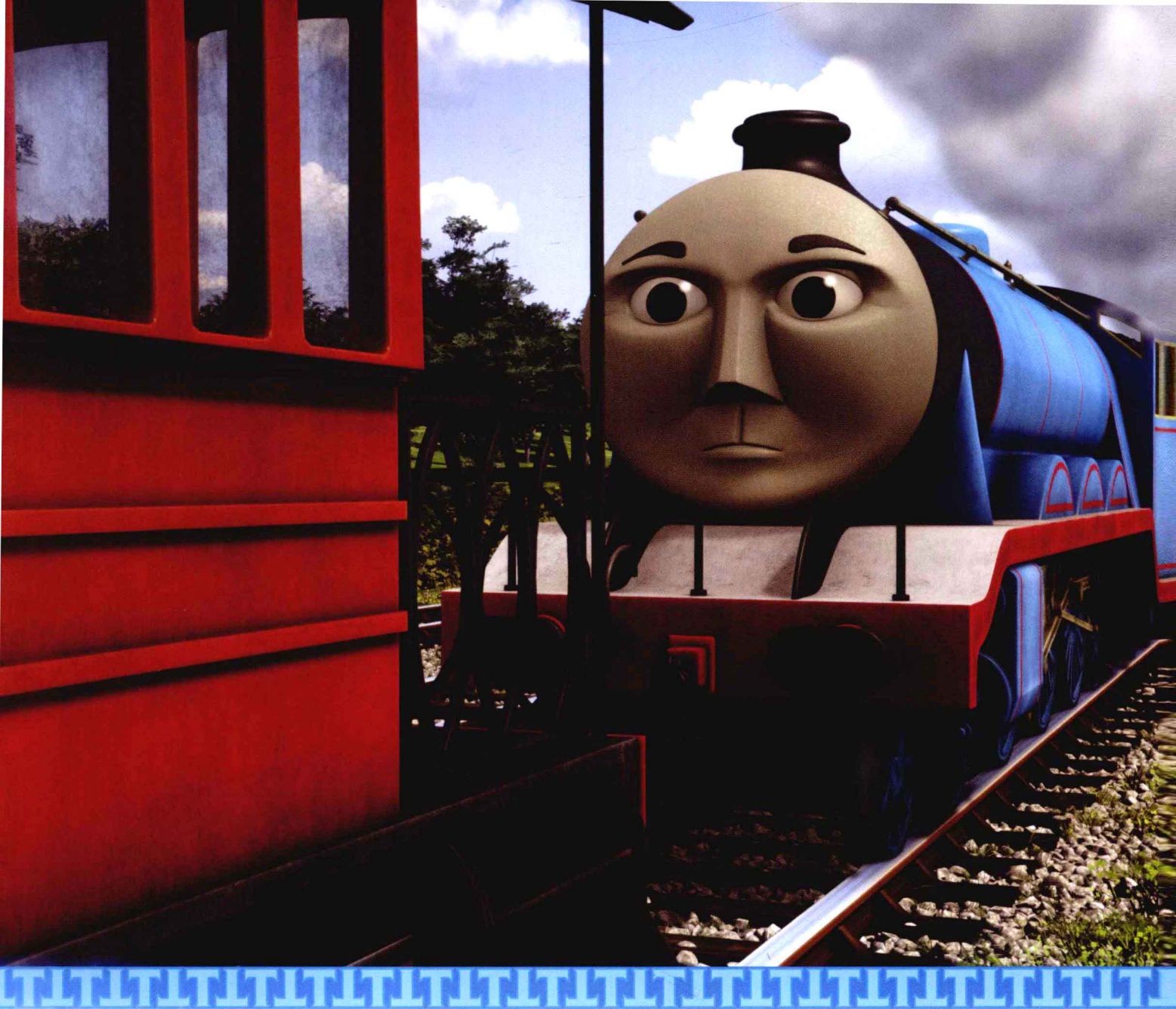
这时，詹姆士带着胖总管来了。詹姆士羡慕地说：“托比，这可是多多岛上最响亮的汽笛。你一吹响它，所有人都能听到。”可托比不喜欢响亮的声音，他喜欢铃铛叮当叮当的声音。



胖总管跳下车，对托比说：“你现在就去纳普福特火车站，哈特夫人会在那里等你，千万不要迟到。”“我这就去，先生！”托比顶着新汽笛，朝着纳普福特出发了。



路上，托比自言自语：“我一点儿也不喜欢这个声音大大的汽笛。如果我慢慢地、小心地开，就不用吹响这个汽笛，还能照样完成工作。”对！就是不用这个讨厌的汽笛！



托比慢悠悠地跑在铁轨上，身后飞驰而来的高登不得不减慢速度。高登不耐烦地喊道：“快让开！托比，你这个慢吞吞的蒸汽火车，你耽误了我的时间！”

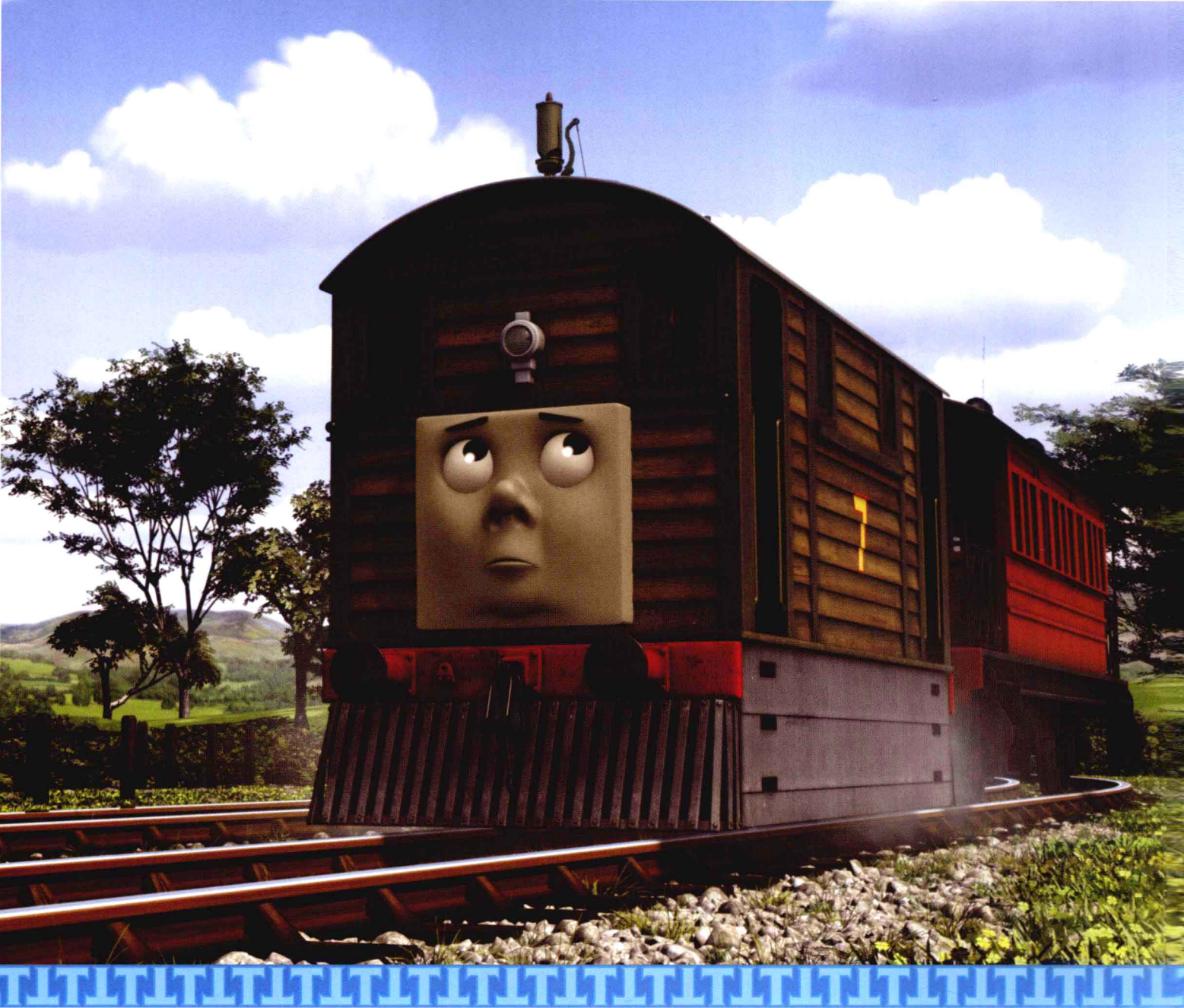
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



一群奶牛挡住了托比的路。托比着急地大叫：“快走开，我赶时间！”奶牛们却一动不动，只顾着吃草。托比知道这时他应该吹响汽笛，可他偏不，因为他不喜欢这个汽笛。



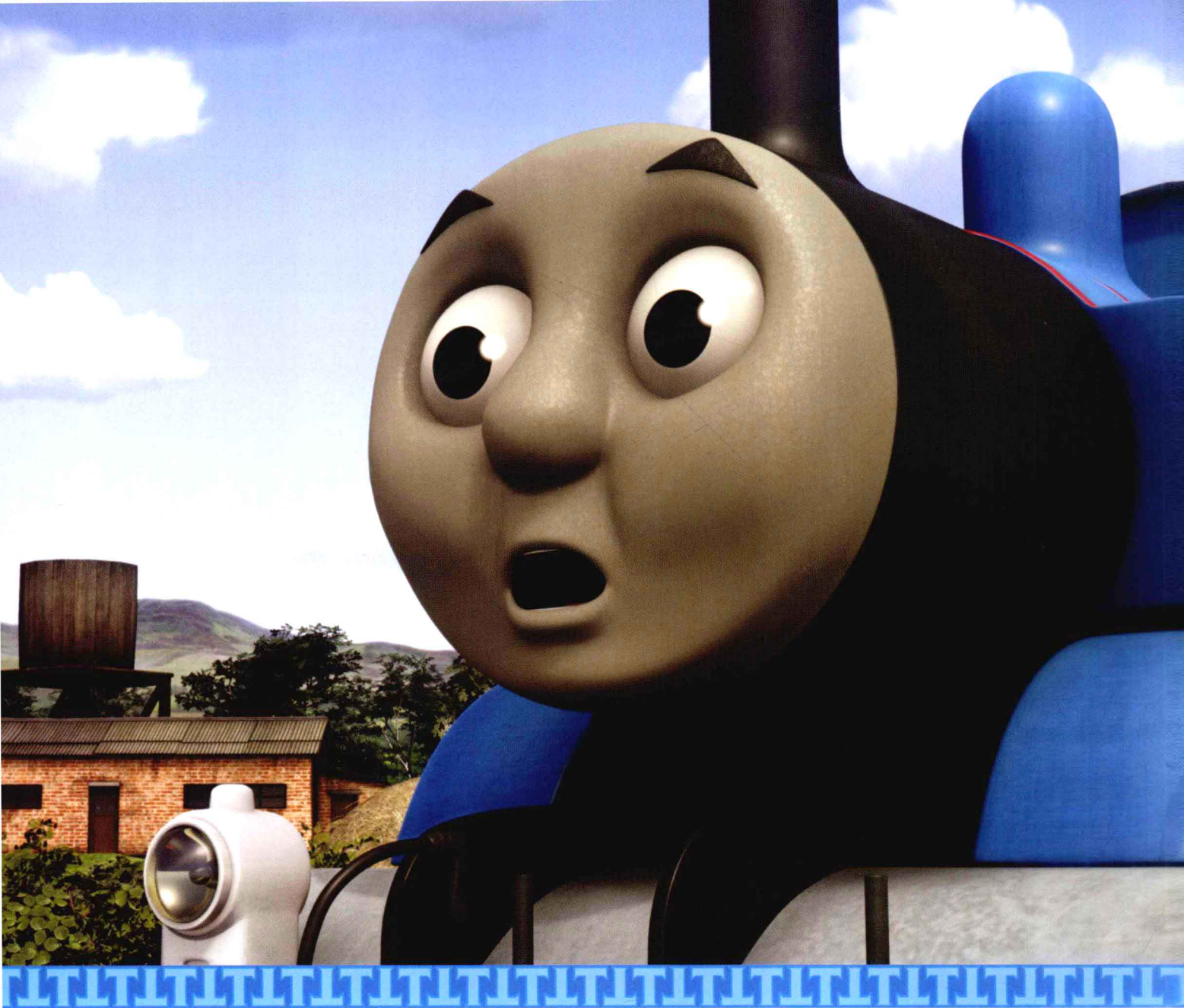
托比退回去找人帮忙。两个农夫正在田里干活。托比朝他们大叫，可因为离得太远，农夫们根本听不见。托比知道这时他应该吹响汽笛，可他偏不，他就是不喜欢这个汽笛。



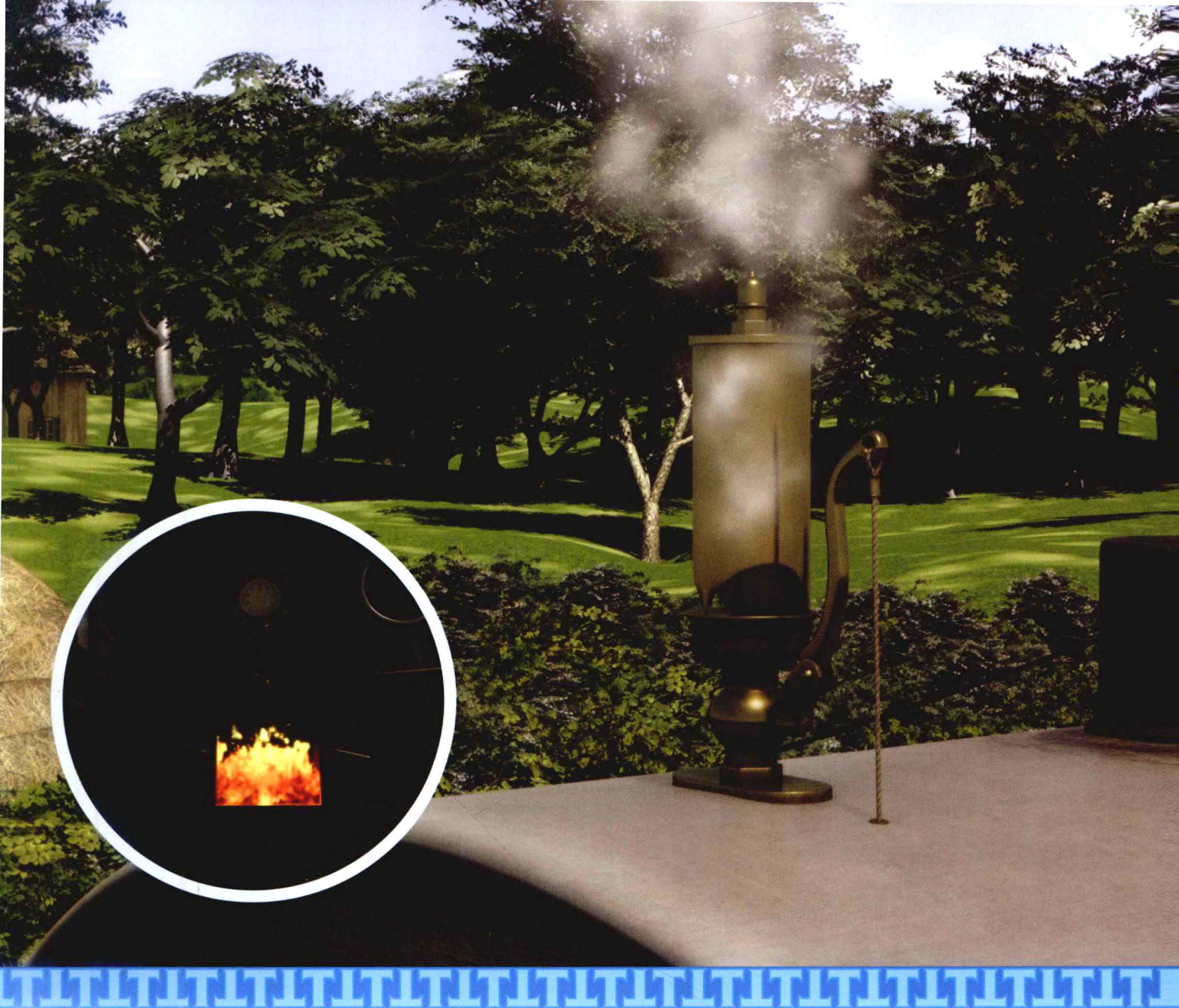
没办法，托比只好原路返回。他瞪着头顶的汽笛，心想：“也许奶牛已经离开铁轨，回到田野里去了呢。不用这个讨厌的汽笛，我也一定能当有用的小火车。”



事情可没有托比想得那么顺利，奶牛们还悠闲地停在铁轨上。“不要不要！我不要这个汽笛！”托比生气地叫着。他用排障器轻轻地撞奶牛，想把它们吓跑，可奶牛根本不怕。



这时，麻烦来了。托比的轮子感受到铁轨轰隆轰隆的振动，他大叫道：“天哪，有小火车正开过来！”小火车拐过弯道，是托马斯，他会撞到奶牛的！不能让他撞上奶牛！



“我得立刻通知托马斯。我必须用新汽笛！”托比的炉膛里火焰旺旺，蒸汽钻进新汽笛。他闭上眼，使劲儿吹响汽笛——“呜呜！”这是多多岛上的人们听过的最响亮的汽笛声。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com