

出版者的话

古希腊圣哲亚里士多德曾说：“任何人都会生气，这没什么难的，但若要是适时适所地以适当方式对适当对象恰如其分地生气，可就难上加难了。”我们现在讲的情绪管理指的就是要适时适所地对适当对象恰如其分地表达情绪。

现实生活中，人们越来越多地认识到情绪管理能力的重要性，因为这方面能力出众的人往往在各个领域都游刃有余；相反，此项能力差的人，虽然可能很聪明，但做起事来往往很吃力。

情绪管理能力虽部分得益于先天因素，但归根结底还得靠后天的学习和培养。幼儿时期是情绪管理能力培养的黄金时期，一个人在幼儿时期所获得的情绪经验和习惯会在大脑中形成永久的神经联结，对其身心发展影响很长远。

当前，亲子共读情绪管理类图画书这种情绪管理能力培养方式已被广泛认可。优质的图画书好比幸福的种子，通过父母的声音飞进孩子的耳朵里，植根在孩子的心底，施以阳光、雨露就能生根、发芽。

这套有趣的动物图画故事书温情脉脉，每一本都是有针对性地就孩子的某一种情绪话题展开，描绘孩子的心路历程，揭示其走出情绪困扰并解决问题的过程。每一本书都附有幼教专家精心撰写的导读，可作为家长亲子共读时的参考。

让我们在这套书的陪伴下，去享受一段美妙的亲子阅读之旅吧！



陪伴的力量

“我现在该做什么呢？”是小蛇科斯最喜欢问的问题。做科斯的妈妈，一定很累。妈妈绞尽脑汁想个不停，要为她的小蛇找点事做。可是，小蛇科斯太聪明了，他学东西特别快，一旦他学会了，就又觉得无聊了。每次，他学会一项本领后，总会回到妈妈身边，问妈妈同一个问题：“妈妈，我现在该做什么呢？”蛇妈妈累极了。可是，小蛇科斯不累啊，他说：“我无聊！”

故事讲到这里，家长可以试着问问你的宝贝：“你觉得什么是无聊呢？”“你能帮蛇妈妈想到什么好办法吗？”

聪明的蛇妈妈突然想到了一个奇妙的点子！她让小蛇科斯去找毛毛虫学习怎样变蝴蝶。让你的宝贝大胆猜想一下：这一次，小蛇科斯学会了吗？无论孩子说出怎样的答案，都不要否定，继续读故事吧。当读到“蛇妈妈一边说，一边温柔地缠住小科斯。一圈，两圈，三圈……”时，就用你的手臂一次，两次，三次……轻轻搂住你怀里的宝贝吧！多么温馨的画面啊，仿佛就在眼前呢！这一刻，你对孩子的爱荡漾开来，就像春天里绽放的花朵，甜蜜、幸福。这就是绘本所表现出来的爱的力量，它在不知不觉中感染着每一个读者，让我们情不自禁地敞开心扉，表达心中最真挚的

情感，和孩子一起分享美好的亲子时光。

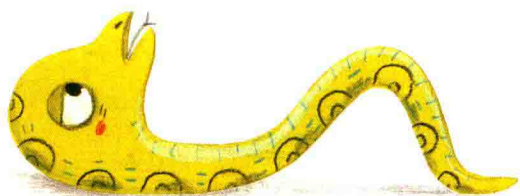
孩子跟大人一样，有各种各样的情绪。你知道吗？有时候孩子表现出来的“无聊”“没意思”，并不是在无理取闹，而是因为他们没有办法长时间专注于一件事情。如果孩子总是不停地问你：“我现在该做什么呢？”你一次次地建议，越来越烦躁，最后恼怒地告诉他：“你想做什么就去做什么吧！”这说明你不能准确识别孩子行为中透露的情绪“密码”。让孩子感到不无聊的最有效办法就是——陪伴。小蛇科斯在妈妈的怀抱里觉得好舒服，甚至忘了问：“我现在该做什么呢？”这就是陪伴的力量，可以缓解孩子的不良情绪。

请你试着将孩子拥在怀里，读一读绘本《小蛇好无聊》吧，比起单纯的说教，孩子更容易对故事里的情节感同身受。跟孩子一起阅读，你就能在不知不觉间告诉孩子：这个世界真的有很多很多快乐的、有意思的事情！妈妈的爱，永远是最温暖的，可以战胜无聊，让孩子感受到关爱，感受到幸福。

（石家庄市第二幼儿园 谷红岩）

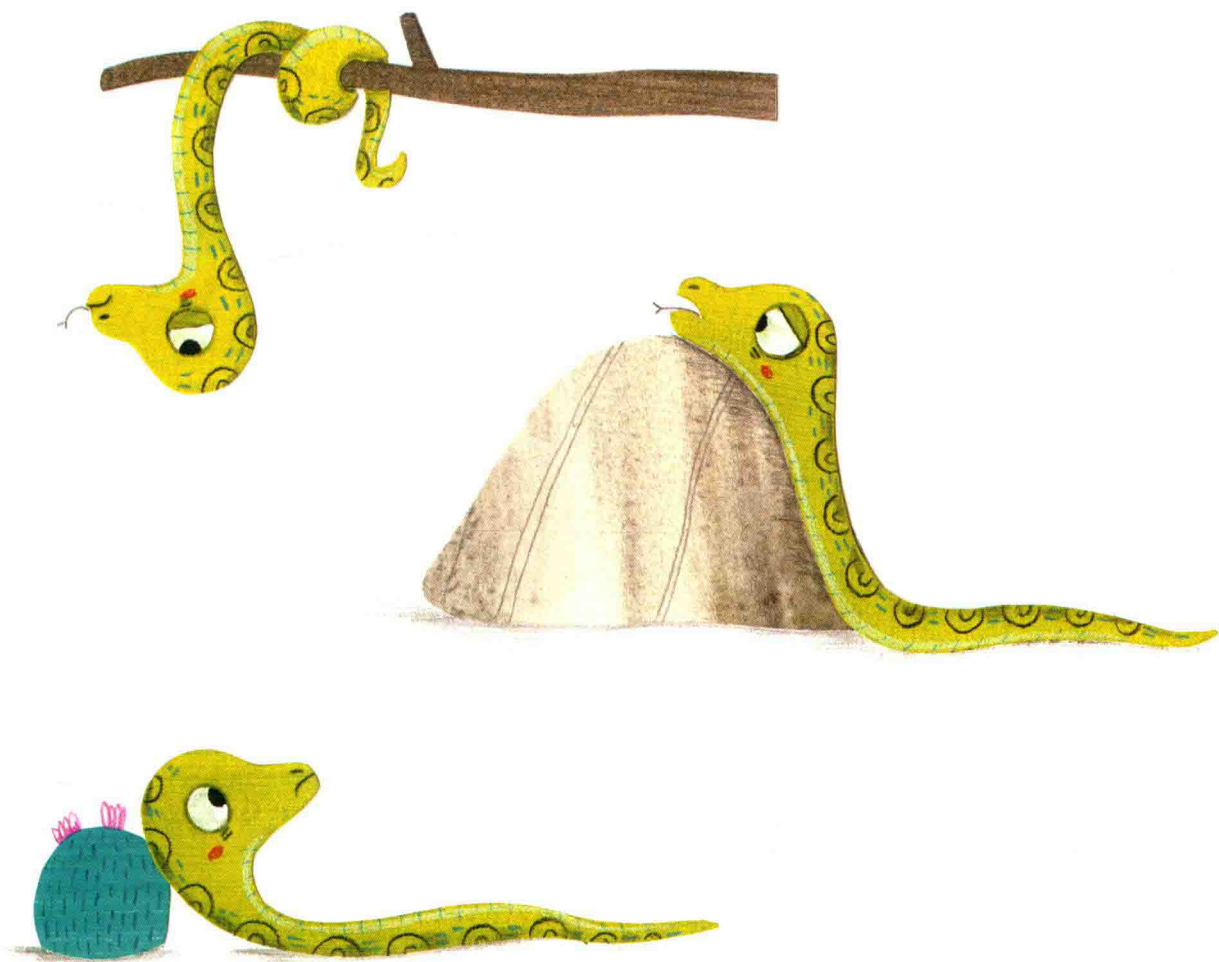


“我现在该做什么呢？”

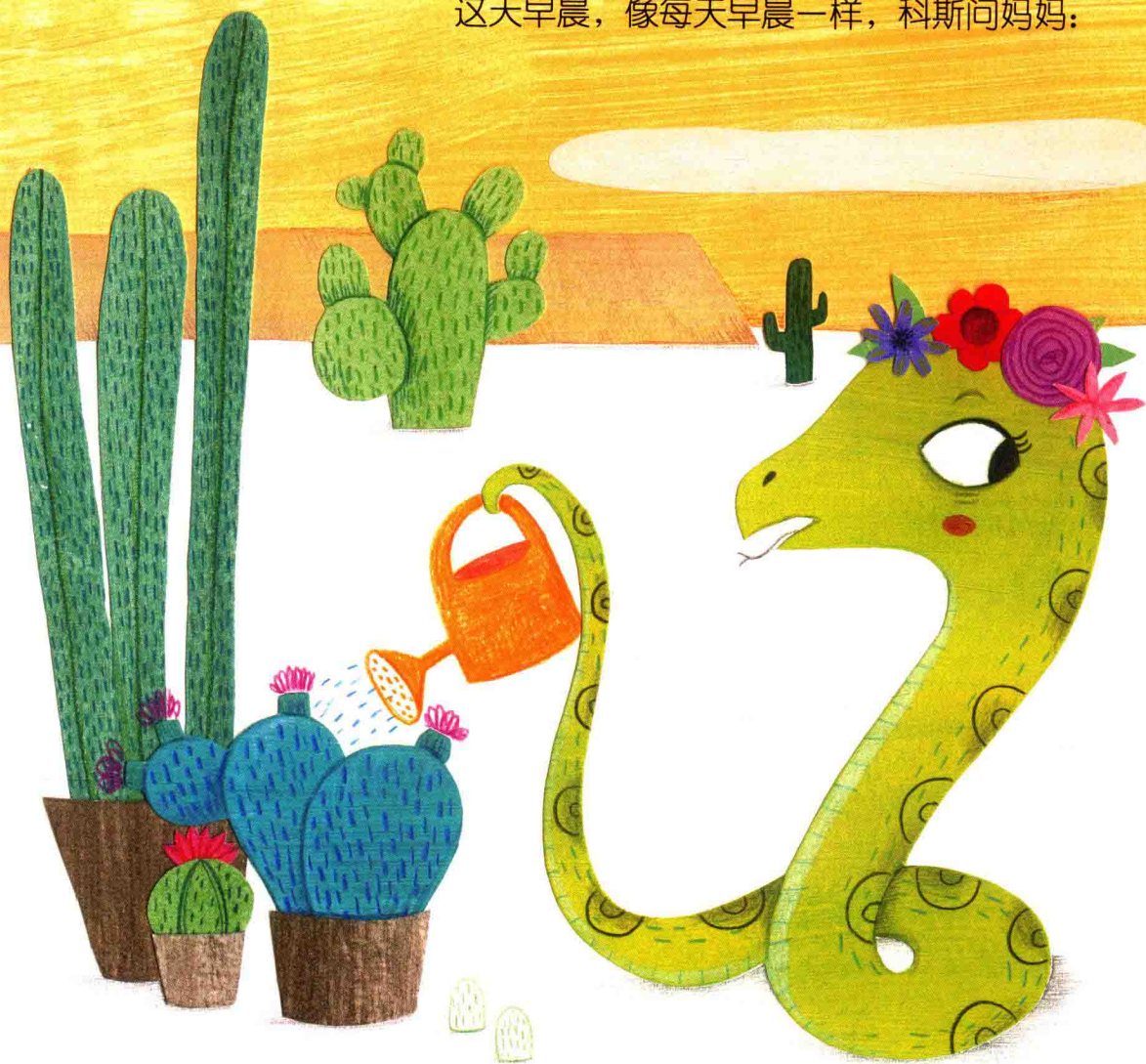


这是小蛇科斯最喜欢问的问题。

科斯学东西很快，特别特别快，而且他不喜欢同一件事情做两遍。

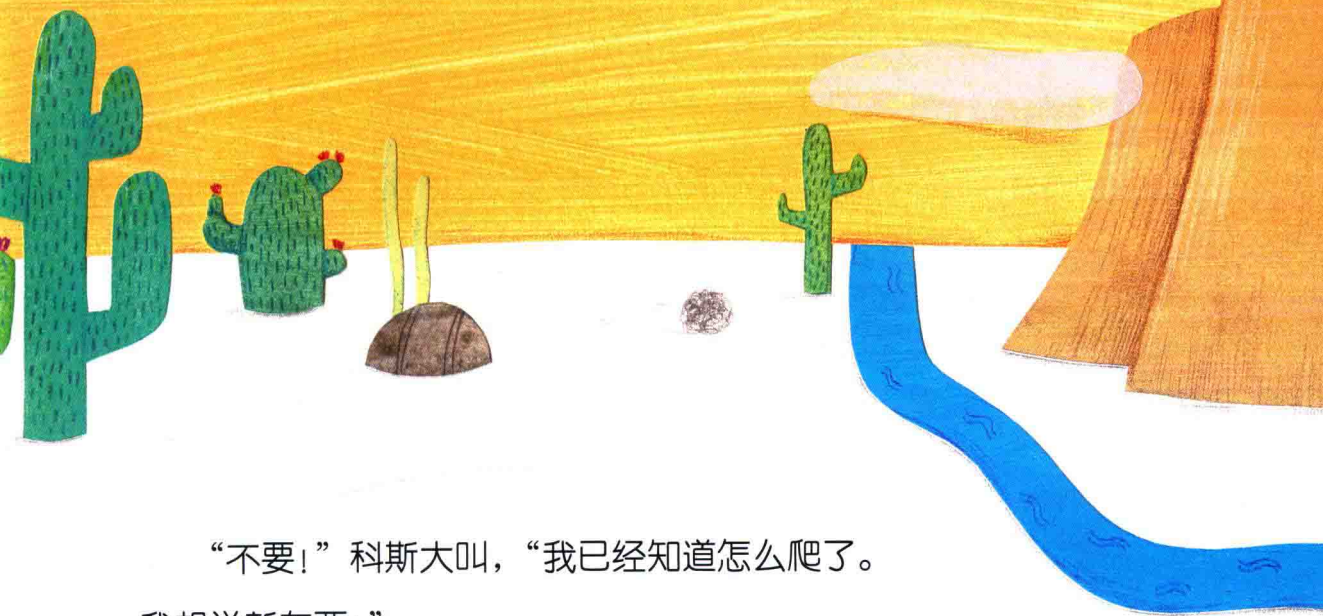


这天早晨，像每天早晨一样，科斯问妈妈：

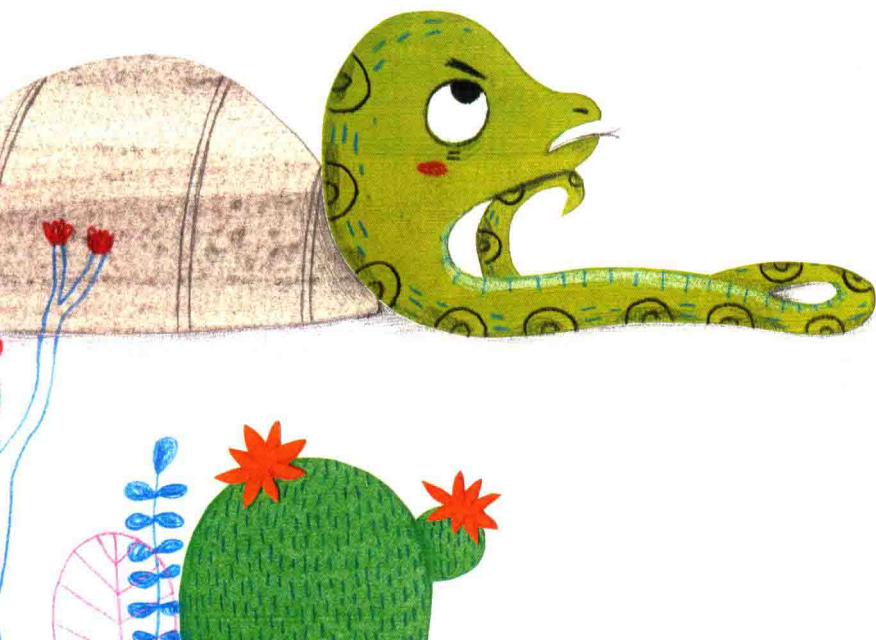


“妈妈，我睡醒啦！现在该做什么呢？”

“去河边爬爬吧，呼吸些新鲜空气。”妈妈说。



“不要！”科斯大叫，“我已经知道怎么爬了。
我想学新东西！”



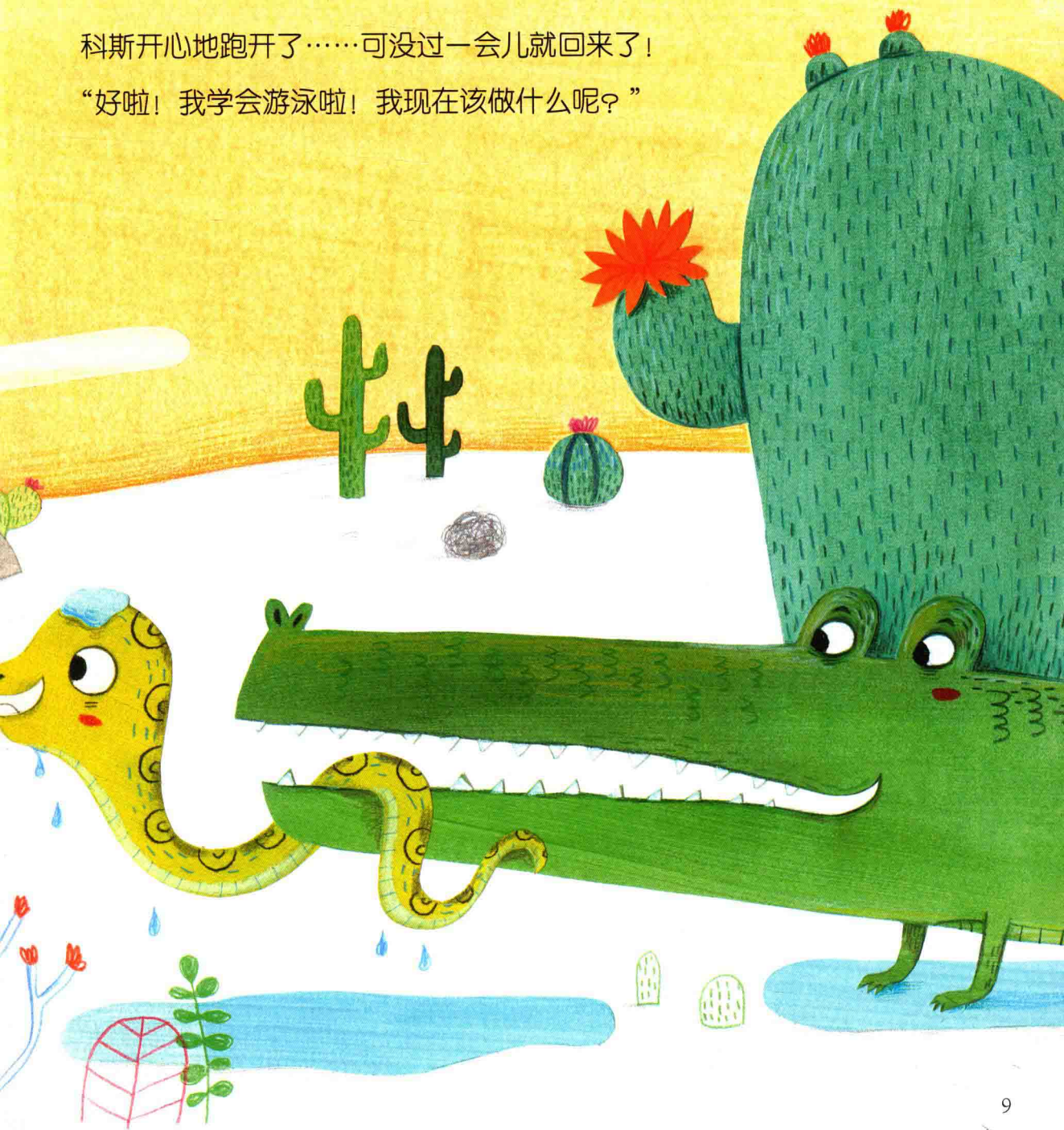
妈妈像往常一样绞尽脑汁地想，究竟怎样才能让她的小蛇不感到无聊呢？

“去找鳄鱼克拉克吧，让他教你游泳。”



科斯开心地跑开了……可没过一会儿就回来了！

“好啦！我学会游泳啦！我现在该做什么呢？”



“嗯……” 蛇妈妈想了想，“去找秃鹫弗拉普吧，他也许能教你飞翔。”

科斯兴奋地跑掉了……但很快又回来了！

“好啦！我会飞啦！我现在该做什么呢？”





“你已经学会啦？”蛇妈妈很惊讶，
“那你去找蜘蛛苔丝吧，让她教你编织。”



科斯愉快地去找蜘蛛了，但是马上就回来了。

“搞定啦！我会编织啦！我现在该做什么呢？”

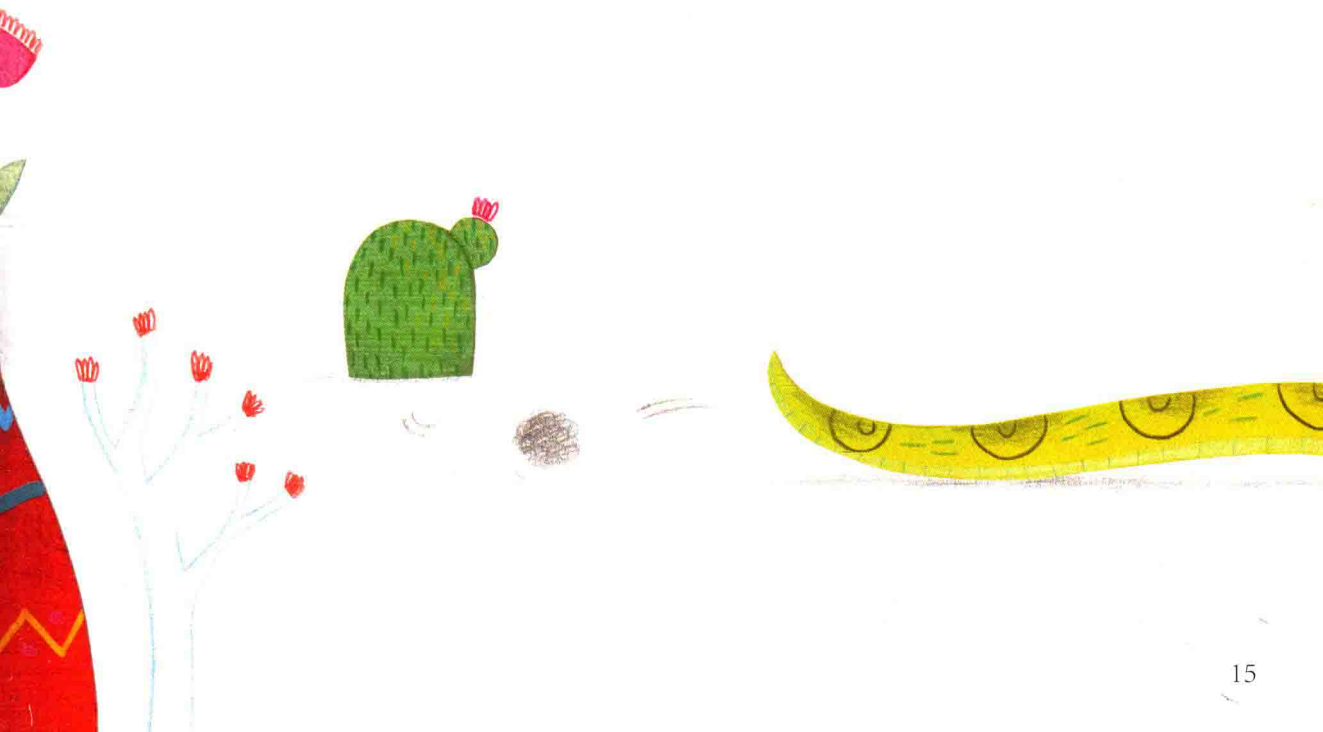


“你会编织啦？太棒了！那你也可以学一下织毛衣、缝纫、刺绣，还有……”
妈妈还没来得及说完，科斯就跑得没影儿了。



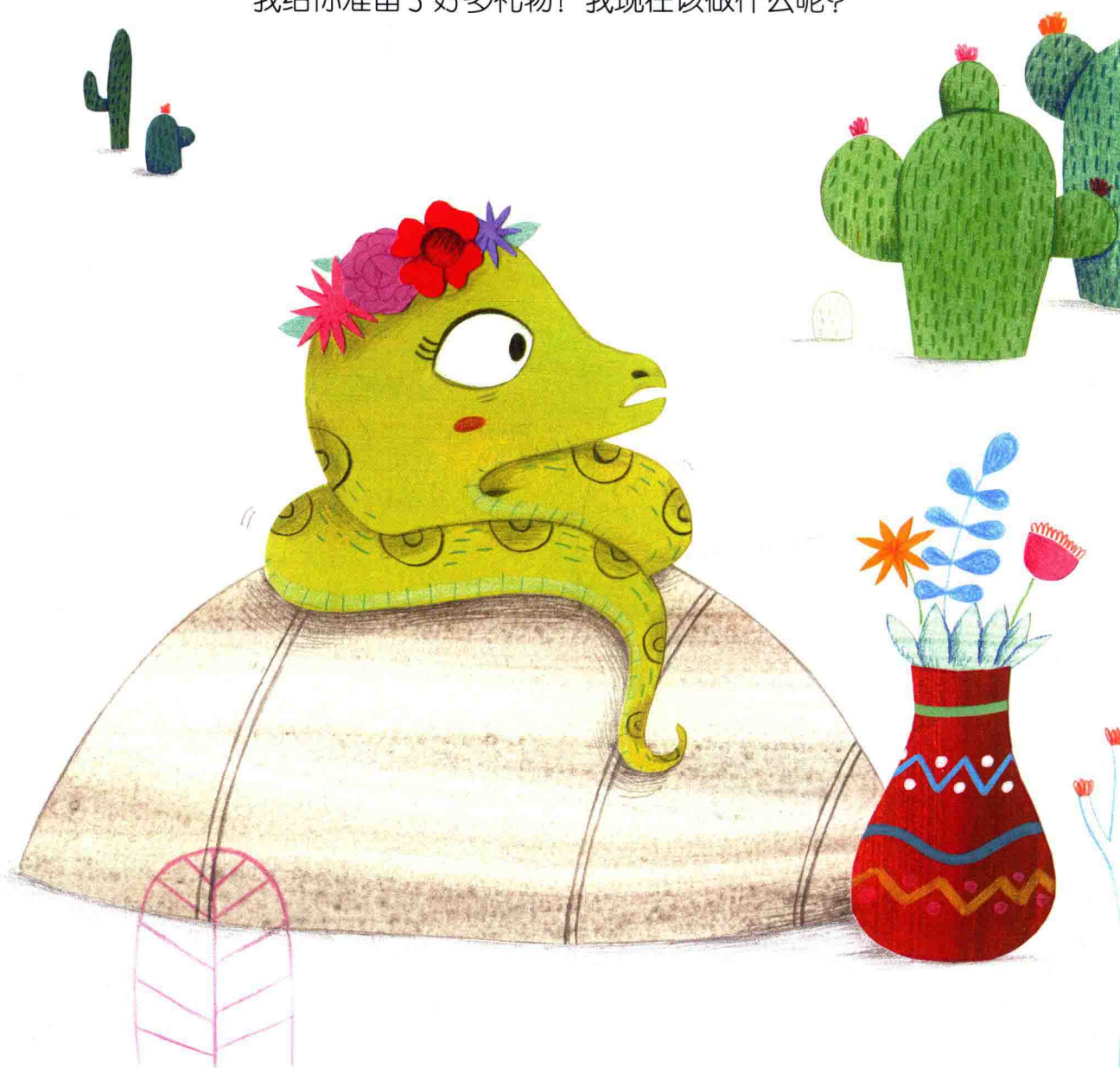


“唉！”蛇妈妈叹了口气，“我终于能清净一会儿了……”
结果，她刚闭上眼睛……



“惊喜！” 科斯大喊一声。蛇妈妈吓了一跳。

“我给你准备了好多礼物！我现在该做什么呢？”



“谢谢你，我的宝贝，你真棒。你很聪明，真的很聪明……
可是妈妈现在只想休息！”

“那我呢？” 科斯问，“我该做什么呢？”

