

宝宝情绪管理图画书
学会不嫉妒

小丑鱼有大天赋

[法] 颜·瓦克尔 / 文

[法] 本杰明·贝居 / 图

焦静姝 / 译



ARCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽教育出版社



小丑鱼有大天赋

[法] 颜·瓦克尔 / 文

[法] 本杰明·贝居 / 图

焦静姝 / 译



时代出版传媒股份有限公司
安徽教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

小丑鱼有大天赋 / (法) 颜·瓦克尔文 ; (法) 本杰明·贝居图 ;

焦静姝译. — 合肥 : 安徽教育出版社, 2017

(宝宝情绪管理图画书)

ISBN 978-7-5336-7957-6

I. ①小… II. ①颜… ②本… ③焦… III. ①儿童故事—图画故事—法国—现代 IV. ①I565.85

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第037985号

Babou a un talent fou ! © Editions AUZOU, Paris (France) 2015

著作权合同登记号: 皖图字第12171682号

小丑鱼有大天赋

XIAOCHOUYU YOU DA TIANFU

出 版 人: 郑 可

质量总监: 姚 莉

策 划: 阿卡狄亚

责任编辑: 徐 鹏

特约编辑: 申利静

装帧设计: 张侨玲

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 安徽教育出版社

地 址: 合肥市经开区繁华大道西路 398 号 邮编: 230601

网 址: <http://www.ahep.com.cn>

营销电话: (0551) 63683011, 63683013

印 刷: 小森印刷(北京)有限公司

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/24

印 张: 1.5

字 数: 18.75 千字

版 次: 2017 年 4 月第 1 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 13.80 元

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与本社营销部联系调换)

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！



管理自己的情绪，接近真实的自己

其实，不光是图画故事里的小丑鱼，地球上的所有大人和小孩儿，都希望自己有一点特长、有一点特别，当然，最好是有一点天赋！

只不过，图画故事里的角色往往会非常戏剧化地展现自己的天赋，而读故事的小孩儿呢，可以用自己的经历去体会小丑鱼的遭遇。如此一来，故事里与故事外交织在一起，小丑鱼就成为每一个在寻找和发现自己力量的小朋友代言人了！

你看，小丑鱼巴布爱迟到、爱嫉妒、爱生气，还有点“自命不凡”，总是觉得自己比别人都厉害，实际上却“一个猛冲……像一支火箭，他远远地飞了出去，摔在一块古老的岩石上”。对着文字，想象着他稚拙的样子，我都忍不住要笑出声了！他真的太像我们身边那些在成长中的孩子了，他们美好、生动、真实、稚拙，也最能打动人心。

小丑鱼巴布真的是太想引起大家的关注了，他小小的心里涌动着嫉妒，可他并不了解这个坏情绪，也不知道怎么和它相处。于是呢，他带着这种情绪去看海星、龙虾、海马、海豚表演，他觉得哪一个都不怎么样，只有自己才是最棒的。其实，所有的孩子都是这样的，尤其是刚刚离开家庭迈进幼儿园或学校大门的孩子，他们急于让身边的人喜欢、认可自己，想要

证明自己的力量。但是，他们小小的心灵还没有足够的空间接纳其他小伙伴的光芒，对他们而言，这就形成了一个不大不小的矛盾，可孩子自己又无力解决掉这个矛盾。于是，故事中的小丑鱼就像所有小孩子一样，只能用他自己的“办法”去面对这个矛盾了。

这个矛盾引领他经历了一个又一个冲突，巴布用行动表达了自己的嫉妒、愤怒，甚至黑暗心理。最终，鲨鱼的到来，逼迫小丑鱼在极度恐惧下，经由潜意识指引，发现了自己真正的力量。

小丑鱼巴布的故事告诉小朋友们，也告诉大人们，要好好管理自己的情绪，真实地面对这些情绪，而每一次面对，都将会是一次蜕变，在帮助我们表达自己的过程中，无限接近真实的自己。

这个故事最难能可贵之处在于，通过故事化的情境，让小孩子们借由小丑鱼的经历，引起共鸣，了解、认识、表达自己的情绪，并由此去发现，每一个人都是特别的。

孩子的真诚是奉献给这个世界的珍贵礼物。经由真实和真诚，发现自己、接纳自己，管理自己的情绪，是童年的必经之路。如果再能得到成人的呵护与宽容，我相信，孩子们成年后，会更容易接近幸福。

（保定市青年路幼儿园 张艳荣）





在很远很远的太平洋深处，有一个神奇的地方，叫“大堡礁”……

这里就像一个巨大的天堂，天堂的中央有一个迷人的水下小镇，
叫“海龟美人鱼镇”。

小镇里住着一小丑鱼，名叫巴布。





像每天早上一样，这天早上，
巴布从浴缸里出来的时候，已经迟到了。
“哎呀呀！这只海葵里真是乱七八糟！”
他一边说，一边把眼镜戴反了。



快点儿，快点儿！巴布吞下一碗浮游生物，抓起一个蝴蝶领结，扣上漂亮的柠檬黄鸭舌帽……

走喽！目的地——马戏学校，就在礁湖出口右边的第二个沉船那里。

鲸鱼老师跟同学们打过招呼后，向大家宣布了一个重大消息：

“明天，巴拿贝尔马戏团的导演，著名的螃蟹强尼先生，要来我们学校了！听说他这次来，是要为他的新剧挑选年轻演员……”

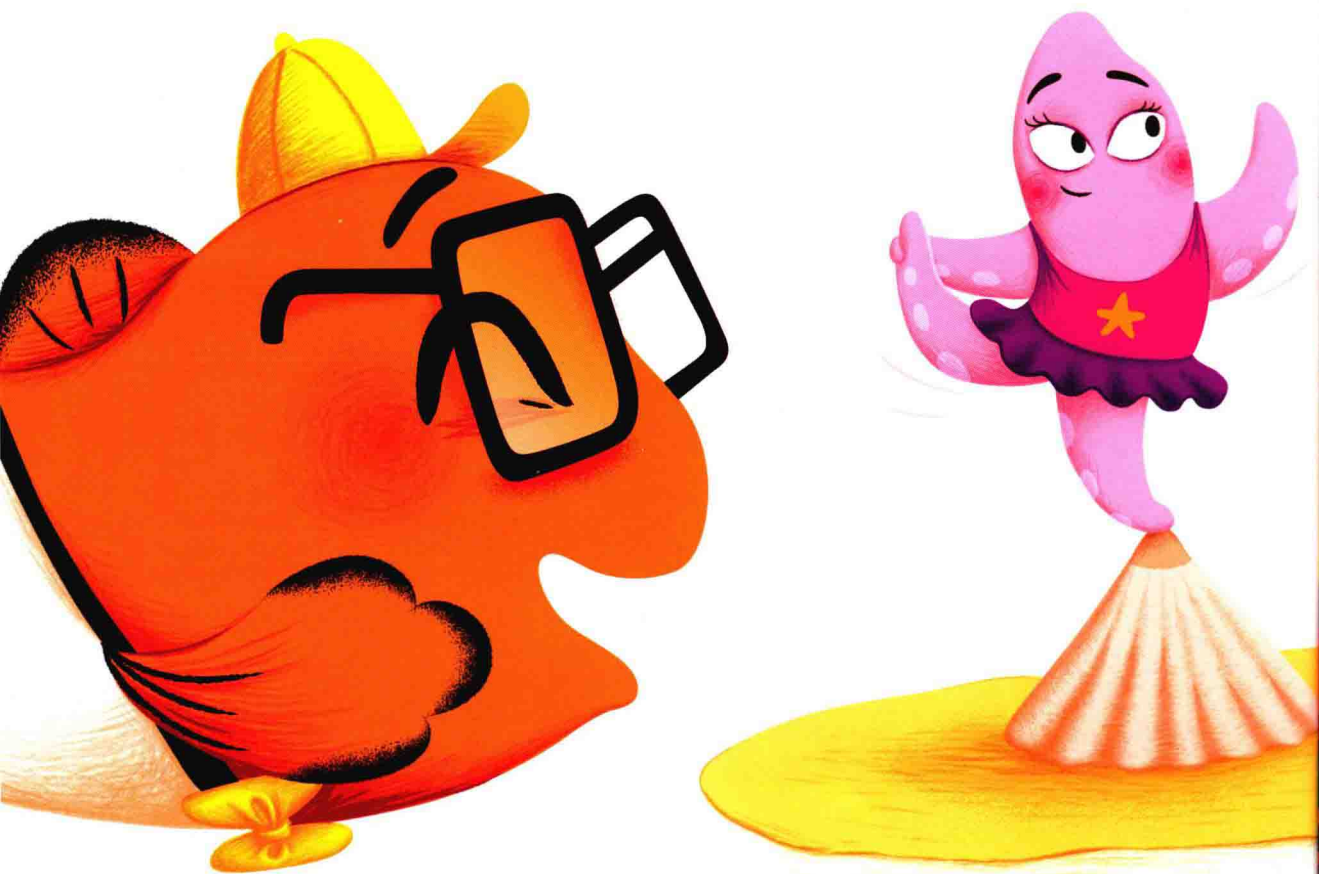




巴布兴奋极了，他幻想着自己已经成了大明星……
但不幸的是，他根本没有会表演的节目啊！

首先，需要进行练习！海星安娜贝尔第一个开始练习表演。她站在一只大贝壳上，展示优美的舞姿。

但是……



“哼！这有什么了不起！”巴布嘲笑说，心里有点儿嫉妒。

“这个我也行！”



哎呀！可是巴布的动作太大，直接从贝壳上滑下来，骨碌碌地打了几个滚儿……吧嗒咚，摔在了同学们的身上。

现在，轮到龙虾奥斯卡了，他要表演的是一段魔术。

一……二……三……“噗！”从他的钳子里，冒出一大捧海带。鲸鱼老师也鼓起掌来。

可是……

“哼！这有什么了不起！”巴布嘟囔道，心里更嫉妒了。

“这个我也行！”





只不过巴布弄错了方法，
他打了个滑稽的嗝儿……然
后开始不停地吐泡泡！



接下来是海马奥诺雷，他要表演的是杂技。

嘿！一个大空翻！嘿嘿！两个前空翻！

奥诺雷自豪地向观众致意。

可是……



“哼！这有什么了不起！”巴布愤怒地说，心里越来越嫉妒。

“这个我也行！”