

依据教育部《3~6岁儿童学习与发展指南》纲要编写，
指导幼儿园和家庭实施科学的保育和教育，
促进幼儿身心全面和谐发展！

我错了， 对不起

策划：芦军 袁野
编著：刘湟 杜宇



我错了， 对不起

策划：芦军 袁野
编著：刘湟 杜宇



安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

我错了，对不起 / 刘湟，杜宇编著. —合肥：
安徽美术出版社，2013. 11
(我的首套心理教育绘本)
ISBN 978-7-5398-4627-9

I. ①我… II. ①刘… ②杜… III. ①心理健康—健
康教育—儿童读物 IV. ①G479-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第276680号

我的首套心理教育绘本

我错了，对不起

Wo de Shoutao Xinli Jiaoyu Huiben Wo Cuo le Dui buqi

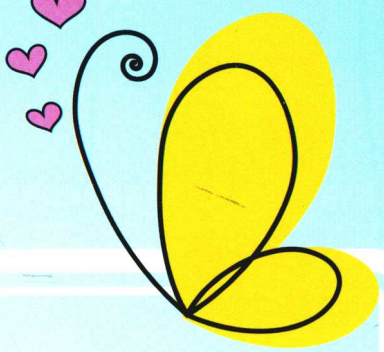
编著：刘湟 杜宇

出 版 人：武忠平 策 划：芦 军 袁 野
责任编辑：程 兵 史春霖 责任校对：吴 丹 刘 欢
助理编辑：方 芳 责任印制：徐海燕
版式设计：钟灵工作室 封面设计：刘 蒙
出版发行：安徽美术出版社 (<http://www.ahmscbs.com/>)
地 址：合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传
媒广场14层 邮编：230071
营 销 部：0551-63533604 (省内) 0551-63533607 (省外)
印 刷：北京阳光彩色印刷有限公司
开 本：889 mm×1194 mm 1 / 16 印张：3
版 次：2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷
书 号：ISBN 978-7-5398-4627-9
定 价：19.80元

如发现印装质量问题，请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问：安徽承义律师事务所 孙卫东律师



家长要重视孩子的心理教育

亲爱的家长朋友：

你们好！

在孩子的成长过程中，要让孩子保持心理健康并非易事，因此家长要重视孩子的心理保健。当孩子有不良情绪时，家长应该与他温和地谈话，让他倾诉苦恼，把消极情绪释放出来；当孩子遇到挫折时，家长要帮助他寻找失败的原因；当孩子犯错误时，家长不要首先对他的具体过失和错误作出反应，而要深入了解潜在的原因并加以正确的分析。总之，我们应该通过有效手段，维护孩子的心理健康。

作为家长，在对孩子实施心理健康教育时，我们首先要给孩子正确的人生观教育，端正孩子的人生态度，让孩子在心目中树立正确的思想、信念和追求。要培养孩子积极健康的情感、意志和品德心理，使孩子学会控制自己的情绪，做情绪的小主人，学会正确处理理智与冲动，调节并控制挫折与磨炼的关系。在遇到问题时，逐步引导孩子学会冷静分析，学会以适当的方式宣泄压力和负面情绪。同时，还要培养孩子良好的个性心理品质，包括自我气质的了解和完善、活泼开朗性格的塑造、广泛的兴趣和探究精神的培养等。最后培养孩子良好的人际交往能力，使孩子能够正确认识、评价和表现自己。通过交往准则和处理人际关系的技巧辅导与训练，让孩子掌握人际交往的技巧，学会如何与他人友好相处。





做个心理健康的好孩子

一个四肢健全、身体壮实的孩子并不一定是健康的，健康包括生理健康和心理健康。而后者的的重要性是毋庸置疑的。广义的心理健康包括人的能力、人格、认识、行为和情绪等多方面的健康。忽视了孩子的心理健康而孤立片面地看待孩子的成长教育，只能是镜花水月。试想，一个心理灰暗的孩子，即使他智商再高，你能保证他日后定能成材吗？不能。而对一个自尊、自立、自信、自强，有正义感和责任心的孩子，我们有理由相信他会成为对社会有用的人。

当代社会需要具备良好性格和高情商的孩子，没有哪个时代比现在更加重视和强调非智力因素的重要性。儿童的健康成长离不开良好性格和情商的培养。很多成功者的实例越来越充分地证明：成功的关键不一定是智力因素，自身性格和情商往往占据了很大的比例，直接影响个人的成功。

人们的心理素质并非与生俱来就是成熟的。心理素质是可经由后天的有意培养和训练来完善的，是在后天的环境与教育中逐步发展和提高的，即心理素质是可以培养的。而心理素质的早期培养有着重大的意义。



《我错了，对不起》列举了生活中孩子常见的一些错误心理：对家人态度粗暴，做事急躁无耐心，花钱大手大脚，爱贪小便宜，遇到困难就退缩，懒惰不爱劳动，喜欢恶作剧，自私、不懂分享，等等。通过讲故事的方式来对孩子进行判断是非的教育，父母可以陪孩子一起阅读。孩子是祖国的未来，我们希望每个孩子都能健康、快乐地成长。



目录

1. 文具盒坏了 ②

待人要温和

2. 拼图游戏 ⑥

做事要有耐心

3. 压岁钱 ⑩

花钱不要大手大脚

4. 陌生人的糖果 ⑭

不贪小便宜



5. 挂在树上的毽子

遇到困难别畏惧

6. 懒惰的阳阳

爱劳动，多伸手

7. 小蕾的恶作剧

不要捉弄他人

8. 喜羊羊摇摇车

不自私，懂分享

附录

儿歌
中国幼儿教育原则



孩子由于年龄小，犯错误是不可避免的。有句话说得很有道理：“孩子是伴随着错误成长的。”是的，孩子在成长的过程中总会犯这样或者那样的错误，而家长的责任就是让孩子认识到自己的错误，并勇于承认：“这是我的错。”家长一定要心平气和地和孩子交流，帮助孩子正确地认识错误，教育他们从小就做一个敢于承认错误，勇于承担责任的人。



1. 文具盒坏了

待人要温和

放暑假了，外婆带着小表弟来到阳阳家做客。小表弟不小心碰掉了阳阳放在茶几上的文具盒。阳阳看到了，呵斥道：“就怪你，把我的文具盒弄坏了，你赔我，赔我的文具盒！”



小表弟被阳阳这一通乱吼，吓得哇哇大哭起来。外婆看到了，赶紧过来拉着阳阳的手说：“阳阳，表弟还小，他也不是故意的，外婆给你买个新的，好不好？”



提出问题

和孩子读到这里，可以问问孩子：阳阳对表弟大喊大叫的原因是什么？这样做对吗？让孩子思考一下再回答。

“不好，不好，就怪他，就怪他。”阳阳仍然不肯原谅小表弟，小表弟哭得更厉害了。

外婆没办法，只好带着小表弟到外边散步去了。后来妈妈批评了阳阳，阳阳这才知道自己错了。



讨论故事，获取知识，实际演示

- 👑 爸爸妈妈读完故事了，可以和孩子一起说说：如果他是阳阳会怎么做呢？
- 👑 以后孩子如果遇到类似的事情，要积极引导他控制好自己的情绪，并告诉他正确的做法应该是怎样的。
- 👑 告诉孩子在别人不小心碰坏自己的东西时，不要态度粗暴，而应该多一点谅解和宽容。

多一些宽容

如果别人不小心碰坏自己的东西，一定要多一些宽容。



控制愤怒的心情

如果别人不小心碰坏自己的东西，首先要控制好自己愤怒的情绪，因为别人并不是故意的。

切忌待人粗暴

有些孩子一旦自己的物品被他人弄坏了，很难接受，甚至怒吼和谩骂，这种做法是很不好的。





2. 拼图游戏

做事要有耐心

周末，阳阳和龙龙在一起玩拼图游戏。他们一人一个拼图，比赛谁能更快地把图画拼出来。阳阳好胜心强，他暗暗下决心一定要战胜龙龙。



游戏开始了，阳阳飞快地开始了拼图工作，结果拼了好多次都不正确，总是拼了又拆，拆了又拼。过了一阵，阳阳就不耐烦了，把拼图狠狠丢在地上，大声地说：“不拼了，不好玩！”



提出问题

和孩子读到这里，可以问问孩子：在拼图游戏时，阳阳的做法正确吗？他的心理变化是怎样的？让孩子思考一下再回答。





另一边，龙龙却显得很有条理，完全不像阳阳那样急躁和缺乏耐心。他先仔细研究拼图的图纸，然后根据图纸一块一块往下拼，没用多久就全部拼好了。

讨论故事，获取知识，实际演示

- 👑 爸爸妈妈读完故事了，可以和孩子一起说说：阳阳在拼拼图时，有哪些地方做的不好？龙龙有哪些好的地方值得我们学习？
- 👑 以后在孩子做事情时，告诉他一定不要急躁，要有耐心，不要轻易放弃。

做事不急躁

做事情不要急躁，不要只求速度。一味求快往往容易犯错。



做事要有耐心

做事情要有耐心，有很多孩子做事情缺乏耐心，一遇到困难，就很容易放弃。



冷静解决问题

做事情时如果遇到困难，一定要冷静，多开动脑筋，想出解决问题的方法。





3. 压岁钱

花钱不要大手大脚

小蕾、小洁每年都特别盼望过春节，因为一到春节就可以有新衣服穿，还有好多好吃的。最让她们期待的是，长辈们会给她们很多压岁钱，这样就可以买自己喜欢的东西了。

