

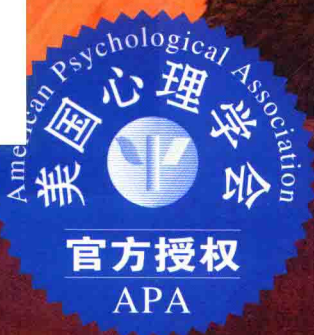
(美) 博迪·琼斯 (Birdy Jones) 著
(美) 珍妮特·麦克唐纳 (Janet McDonnell) 绘
武思文 译

儿童情绪管理与性格培养绘本

小负鼠变身记

帮助孩子克服害羞情绪

Blossom Plays Possum:
Because She's Shy



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

儿童情绪管理与性格培养绘本

小负鼠变身记

帮助孩子克服害羞情绪

Blossom Plays Possum: Because She's Shy

(美) 博迪·琼斯 (Birdy Jones) 著

(美) 珍妮特·麦克唐纳 (Janet McDonnell) 绘

武思文 译



化学工业出版社

·北京·

献给我的小负鼠斯特兰，是你对我说：“别害羞！”——博迪·琼斯

献给杰罗姆，是你让我有了绽放异彩的可能。——珍妮特·麦克唐纳

Blossom Plays Possum: Because She's Shy, by Birdy Jones, illustrated by Janet McDonnell.
ISBN 978-1-4338-2735-8

Copyright © 2017 by the Magination Press, an imprint of the American Psychological Association.
This Work was originally published in English under the title of: *Blossom Plays Possum: Because She's Shy* as a publication of the American Psychological Association in the United States of America. Copyright © 2017 by the American Psychological Association (APA). The Work has been translated and republished in the **Simplified Chinese** language by permission of the APA. This translation cannot be republished or reproduced by any third party in any form without express written permission of the APA. No part of this publication may be reproduced or distributed in any form or by any means, or stored in any database or retrieval system without prior permission of the APA.

本书中文简体字版由 American Psychological Association (APA) 授权化学工业出版社独家出版发行。

本版本仅限在中国内地（不包括中国台湾地区和香港、澳门特别行政区）销售，不得销往中国以外的其他地区。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分，违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2018-1817

图书在版编目 (CIP) 数据

小负鼠变身记：帮助孩子克服害羞情绪 / (美) 博迪·琼斯 (Birdy Jones) 著；(美) 珍妮特·麦克唐纳 (Janet McDonnell) 绘；武思文译. —北京：化学工业出版社，2018.9

(儿童情绪管理与性格培养绘本)

书名原文：Blossom Plays Possum: Because She's Shy

ISBN 978-7-122-32616-4

I. ①小… II. ①博… ②珍… ③武… III. ①儿童故事—图画故事—美国—现代 IV. ①I712.85

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第149148号

责任编辑：战河红 肖志明

装帧设计：关 飞

责任校对：宋 夏

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司

880mm×1092mm 1/16 印张2 字数30千字 2018年9月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：19.80 元

版权所有 违者必究



你想知道我叫什么名字吗？
你想和我一起玩吗？
你想和我成为同班的朋友吗？



我总是一句话也不说，希望没人注意到我。

我把自己的这种做法叫“装睡”。

我害羞的时候就是这样子。



我还会怯场，和陌生人坐在一起的时候，我总是很紧张，一个劲儿地躲避别人的目光。

但这并不是我的全部。

我会做迷人的、闪闪发光的发带，



我会吹笛子，





我还会朗诵诗歌。

但是没人知道这些，因为我总是在别人想了解我之前就“装睡”。

吃午饭时，我正在吃撒了麦片的花生酱三明治。

鲁弗斯看到说：“哎呀！谁会把这个当午饭啊？”

我很想告诉他这是世界上最好吃的三明治，但是我愣在了那里。



鲁弗斯说我很奇怪，就去找自己的朋友吃饭了。

我只能和我的三明治做伴。





在操场上，我听见有些女孩在唱我喜欢的歌。
格拉迪斯问我要不要和她们一起唱。



我倒挂在猴架^①上“装睡”。
我怕她们听到我尖尖的嗓音会笑话我。
没有我，她们也唱得很开心。

① 猴架：供儿童攀爬游戏的设备。——译者注

在音乐课上，布拉斯老师问我愿不愿意表演笛子独奏。
这个想法让我的身子僵硬得像一块木板一样。

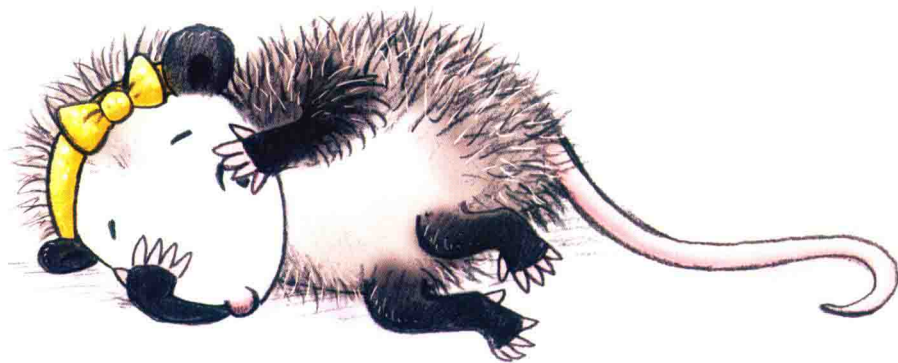
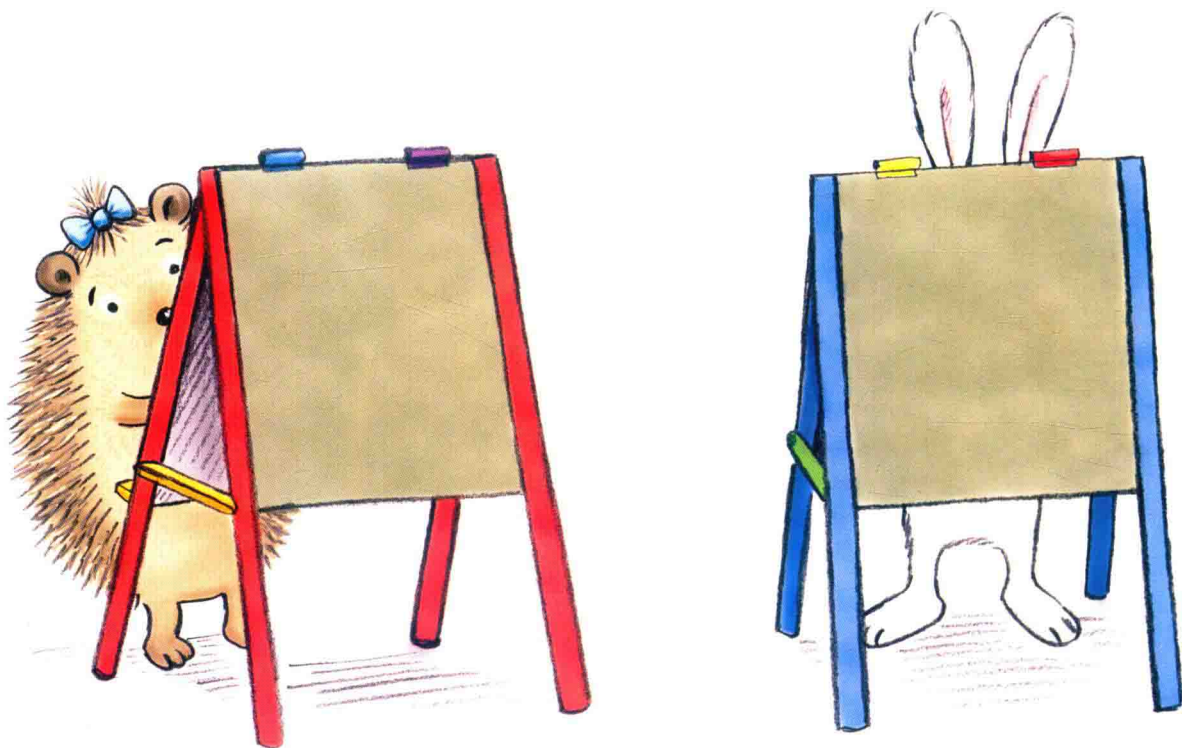


布拉斯老师说：“有时候紧张是很正常的，但是紧张的情绪会让我们错误地以为会发生一些不好的事情，其实通常不是这样的。试着改变想法！”



我知道同学们都很想听到你的演奏。”

布拉斯老师的话是什么意思呢？什么叫“改变想法”？



后来在美术课上，我被选中给全班同学当模特。
我感到很尴尬，就躺在地板上“装睡”，还用手捂住眼睛。



我以为每个人都会嘲笑我……但是，取而代之的是，奥蒂斯说：“你的姿势好自然啊！这是我画得最好的一幅素描！”

同学们都问我下次还愿不愿意当模特，我想了想，觉得也许尝试新的东西并不像我想的那样糟糕。



第二天，布拉斯老师问我：“今天你准备好表演笛子独奏了吗？”

我摇了摇头。“好吧，也许明天可以。”布拉斯老师笑着说。