

你把水桶加满了吗？



荣获 16 项大奖

给孩子的幸福人生指南



[美] 卡萝尔·麦克劳德◎文 [美] 大卫·梅辛◎图 张宏武◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

你把水桶 加满了吗？

给孩子的幸福人生指南



[美] 卡萝尔·麦克劳德◎文

[美] 大卫·梅辛◎图

张宏武◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

你把水桶加满了吗 / (美) 麦克劳德文 ; (美) 梅辛图 ; 张宏武译. — 北京 : 北京联合出版公司, 2014.9
ISBN 978-7-5502-3610-3

I. ①你… II. ①麦… ②梅… ③张… III. ①儿童文学—图画故事—美国—现代 IV. ①I712.85

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 210074 号

HAVE YOU FILLED A BUCKET TODAY? by Carol McCloud, Illustrated by David Messing
Copyright © 2006 Carol McCloud
All rights reserved.
This Chinese edition was arranged with Carol McCloud
Copyright © 2014 for the Chinese edition: Beijing Tianlue Books Co., Ltd.



你把水桶加满了吗

作者: [美] 卡萝尔·麦克劳德 大卫·梅辛
译者: 张宏武
选题策划: 北京天略图书有限公司
责任编辑: 李 婷 徐秀琴
特约编辑: 杨 娟
责任校对: 杨青茹

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)
北京盛通印刷股份有限公司印刷 新华书店经销
字数 5 千字 889 毫米 × 1194 毫米 1/16 2.25 印张
2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5502-3610-3
定价: 29.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究
本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-65868687 64243832

作者导读

我第一次接触“装满水桶”这个说法，是在1990年代一次幼教会议中的家庭教育研讨会上。一位婴儿大脑研究方面的专家说，想象每个婴儿一出生就带着一只看不见的水桶，是很有益的。水桶代表一个孩子的心理和情感健康状况。你看不见那只水桶，但它就在那儿。她说，往一个孩子的水桶里加水，主要是父母或其他看护者的责任。当你拥抱、爱抚、养育、触摸他，为他唱歌，陪他玩耍，给他爱意满满的关注、安全感和照顾的时候，你就是在给孩子的水桶加水。是的，我们都知道，婴儿需要爱。给予爱，就能给他们的水桶加水。

然而，除了给他们爱，还必须教给孩子们如何去爱别人。那些知道如何表达善意和爱的孩子，生活会更快乐。当你爱别人、关心别人，并用你的言语和行动表现出那份爱的时候，你会感觉很好，你也是在给自己的水桶加水。

我写这本书是为了教小孩子们如何做一个加水人。当你和孩子一起读这本书的时候，要把它当做一个示范如何加水的机会，先往孩子的水桶里加水：告诉他们，为什么他们对你来说很特别；帮他们想一想，可以说些什么、做些什么，去往别人的水桶里加水。要和孩子一起努力，帮助他们练习每天加水。很快，他们就将体验到其中的自豪和喜悦。

加水快乐！

卡萝尔·麦克劳德

在世界各地，每一天，每个人，
都随身带着一个隐形的水桶。



你看不见它，但它就在那儿。



你有一个水桶，
你家里的每一个成员都有一个水桶。



你的爷爷奶奶，你的朋友邻居，也都有一个水桶。



人人都有一个隐形的水桶。

隐形水桶只有一个用处。



那就是用来装
你对自己的好想法
和愉快的感觉。

当水桶满满的，
你感到幸福和快乐。



当水桶空空的，
你感到孤独和难过。

其他人也和你一样。



当水桶满满的，他们会快乐；
当水桶空空的，他们会难过。

拥有一个满满的水桶真好，
它是这样的……



你需要别人装满你的水桶，
别人也需要你装满他们的水桶。
那么，要怎么装满一个隐形的水桶呢？

当你表达对别人的关爱，当你说了温暖的话，做了友善的事，
当你给别人一个微笑时，你就会装满一个水桶。



你就是加水人。

加水人有爱心又体贴，
他们说好话、做好事，让别人感到很特别。

当你让别人感到特别，
你就是在装满一个水桶。



但是，你也会从水桶中舀走愉快的感觉。当你取笑别人时，
当你对别人说了难听的话、做了不好的事，当你忽视别人时，
你就是在把水桶舀空。



你就是舀水人。

欺负人的人，就是一个舀水人。



舀水人总是说些难听的话、做些不好的事，
让别人感觉糟透了。

舀水人的水桶空空的。

他们以为舀空别人的水桶就能装满自己的……

但这根本不管用。



当你舀空别人的水桶时，你永远也装不满自己的水桶。