

适合**低龄儿童**的心理健康读本

吉林大学心理学博士**孙蕾**审定



我会嫉妒吗

江小渔·著 王丽娜·绘

帮助孩子
缓解嫉妒别人
的情绪



吉林出版集团股份有限公司
全国百佳图书出版单位

情绪小绘本 ④

我会嫉妒

江小渔 著 王丽娜 绘

小松鼠有那么多小贴纸，
我没有，我会嫉妒！



吉林出版集团股份有限公司

全国百佳图书出版单位



嫉妒是一种让我们无法忽视的情绪，它会影响每个人。嫉妒的感觉很不好，但我们不能让孩子认为拥有这种不愉快的感觉是件令人羞愧的事，要让孩子承认并接受这种感觉，即使他/她并没有说出来。减轻孩子的嫉妒感，需要老师和家长付出极大的耐心，引导孩子，让他/她试着不去和别人比较，并看到自己与他人的不同，意识到自己存在的价值，学会正确面对嫉妒的情绪。要知道，每个孩子都是与众不同、独一无二的。

图书在版编目(CIP)数据

情绪小绘本·我会嫉妒 / 江小渔著；王丽娜绘. -- 长春：吉林出版集团股份有限公司，2016.11

ISBN 978-7-5581-1845-6

I. ①情… II. ①江… ②王… III. ①儿童故事—图画故事—中国—当代 IV. ①I287.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 292810 号

QINGXU XIAO HUI BEN WO HUI JIDU

情绪小绘本·我会嫉妒

著 者：江小渔	绘 者：王丽娜	印 刷：吉林省金昇印务有限公司
出版人：齐 郁	选题策划：李 丹	版 次：2017 年 1 月第 1 版
责任编辑：盛 楠	法律顾问：赵亚臣	印 次：2017 年 10 月第 2 次印刷
出 版：吉林出版集团股份有限公司		开 本：720mm × 1000mm 1/20
地 址：吉林省长春市人民大街 4646 号		印 张：1
发 行：吉林出版集团青少年书刊发行有限公司		字 数：10 千字
电 话：0431-86037605 86037637		书 号：ISBN 978-7-5581-1845-6
传 真：0431-85678550		定 价：6.00 元

版权所有·翻印必究

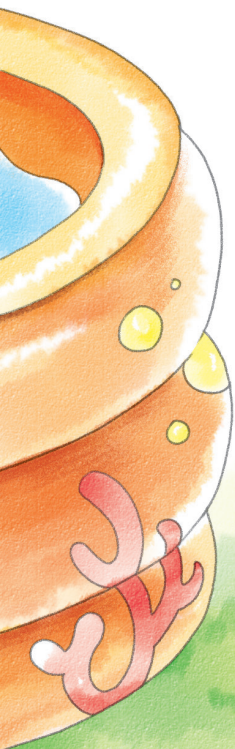


妈妈只顾着照顾弟弟妹妹不理我，
我不高兴，我会嫉妒。



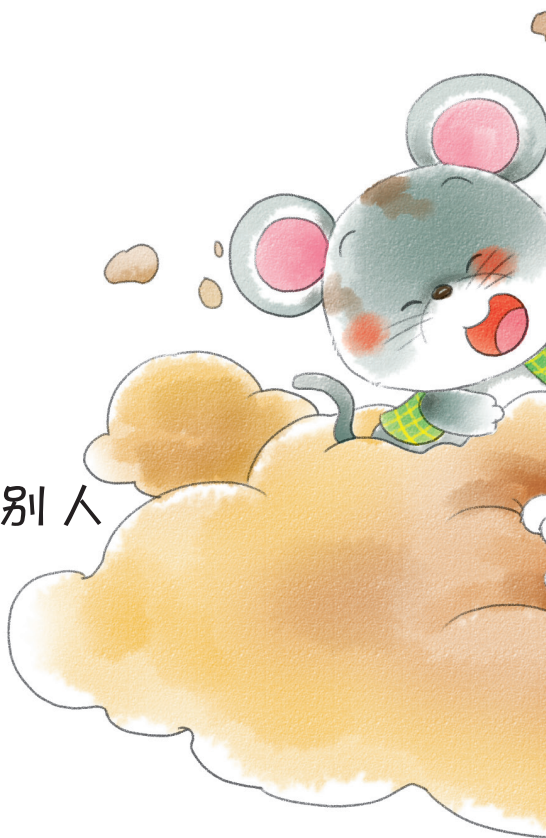


我不会游泳，
小青蛙却游得很轻松。
我不高兴，我会嫉妒。





当我最好的朋友小猫和别人
玩得更开心的时候，
我不高兴，我会嫉妒。

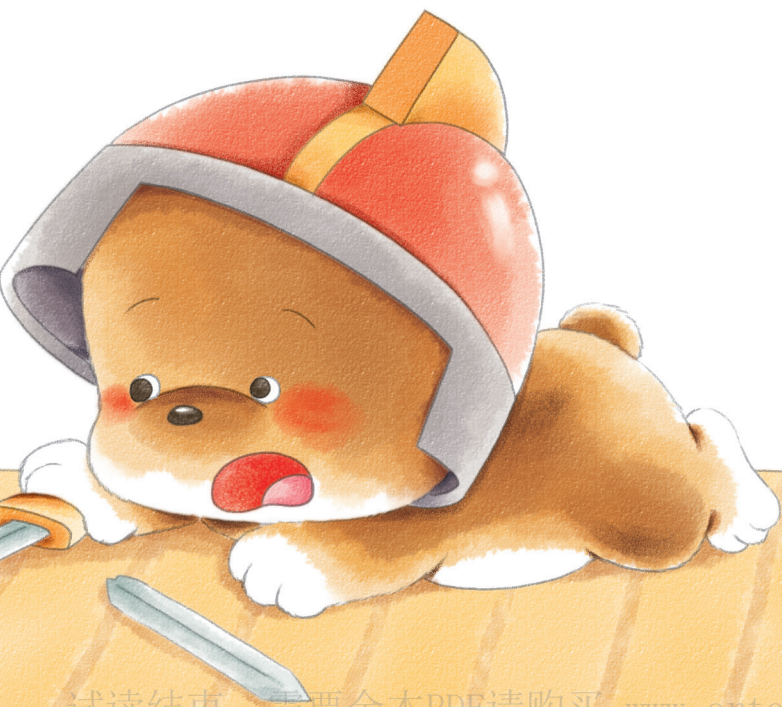




演舞台剧的时候，小猪当上了王子，
我不高兴，我会嫉妒。



因为我也想当王子啊！



嫉妒是一种心里酸溜溜，
有点伤心，又有点生气的感觉。



其实，每个人
都会偶尔产生
嫉妒的感觉。



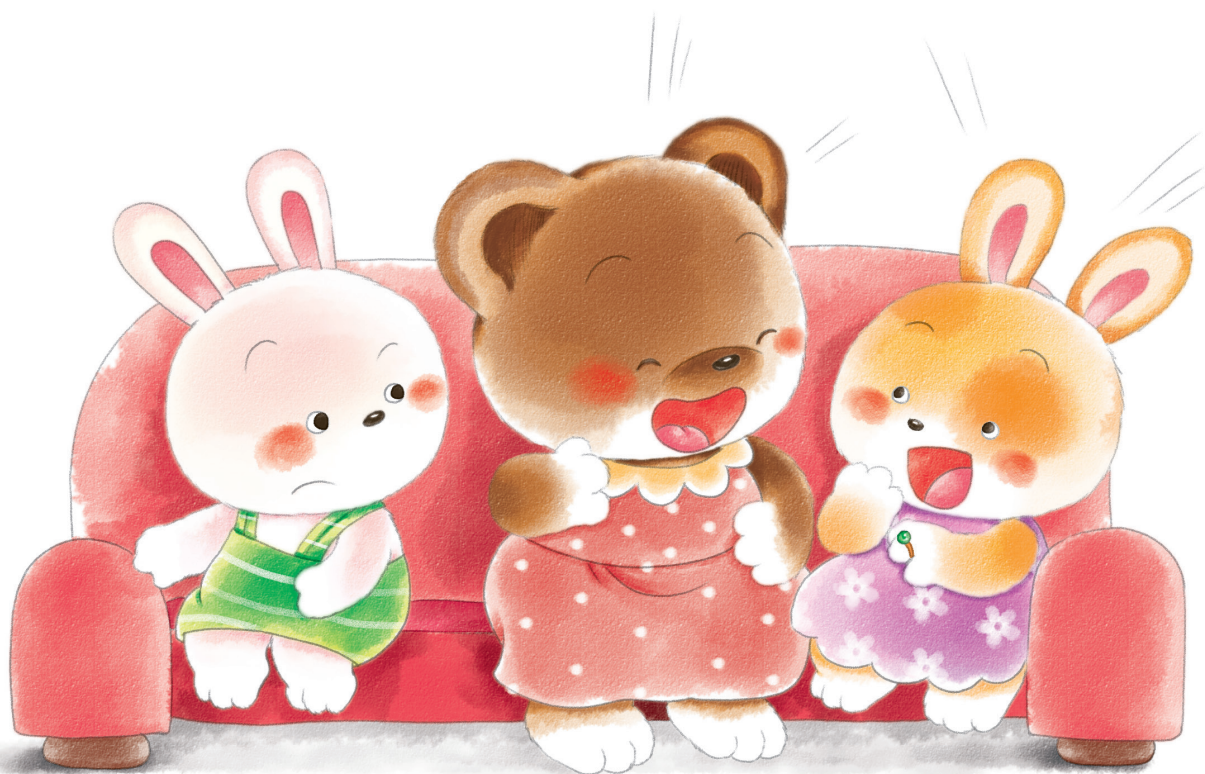


小黄兔会嫉妒小白兔
有条新裙子。

宠物会嫉妒同伴得到
更多关爱。



白兔妈妈也会嫉妒熊妈妈和
黄兔妈妈聊天更开心。





嫉妒的感觉让人不舒服，
我想变回快乐的小熊。



其实有办法可以让我不再嫉妒。
我可以把嫉妒的心情说出来。

我可以找点喜欢的事情做，
比如画画，看书。

