

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



我会想念

江小渔·著 王丽娜·绘



帮助孩子
缓解分离焦虑与思念
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



当孩子和爸爸妈妈分开的时候，一定会感到焦虑，他/她会下意识地以为爸爸妈妈不要他/她了。只有经历了一次次分离与重聚，孩子才能学会如何面对分离，才能克服内心的焦虑。当孩子出现分离焦虑时，请一定要及时安慰他/她，带他/她去他/她熟悉的地方，把他/她托付给他/她熟悉的人。当然，也可以给孩子留一些你的物品，代替你来缓解孩子的焦虑情绪。给孩子安全感，让他/她知道，当他/她想念你的时候，你总会回来。

图书在版编目（CIP）数据

情绪小绘本·我会想念 / 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 978-7-5581-1849-4

I. ①情… II. ①江… ②王… III. ①故事课—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 295698 号

QINGXU XIAO HUI BEN WO HUI XIANGNIAN

情绪小绘本·我会想念

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 社：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 所：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 978-7-5581-1849-4
传 真：0431-85678550 定 价：6.00 元

版权所有·翻印必究

情绪小绘本 ①

我会想念

江小渔 著 王丽娜 绘

有时候，妈妈还没有离开，
我就开始想念她。



吉林出版集团股份有限公司
全国百佳图书出版单位

我不想和妈妈分开，
即使我知道她必须去工作。





妈妈不在，
我很不开心，
什么都不想做。
我总是在想，
妈妈什么时候会回来。



妈妈外出时，
我会想念她。





爸爸出差时，
我会想念他。

他们不在，
我有那么多话
不知道该对谁说。

小熊的房间





他们不在，我睡不着，
也不想对任何人说晚安。



想念是一种
心里空空的感觉，
让人情绪低落。

想念的时候，
我甚至会很生气。



但是，妈妈说，
我们不能一直在一起，
大家都有自己
要做的事。



在幼儿园里，
每次当我开始想念他们的时候，
老师会给我一个
大大的拥抱。



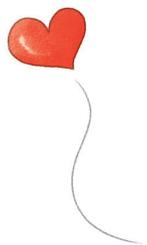
当我开始想念他们的时候，
我会抱着心爱的玩具，
心情会好一点。



我会帮外婆做个蛋糕，
等爸爸妈妈
回来一起吃。



我会画一幅画，送给爸爸妈妈。





我会打个电话给想念的人，
告诉他/她，我很想念他/她。