



青蛙弗洛格的成长故事

为处在性格形成关键期（3-6岁）
的孩子准备的一份心理自助礼物



图·文 / (荷) 马克斯·维尔修思

我就是喜欢我

—— 学会对自己有信心 ——



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE

荣获
国际安徒生
插图奖

青蛙弗洛格的成长故事



图·文 / (荷) 马克斯·维尔修思

我就是喜欢我

——学会对自己有信心——



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

我就是喜欢我 / (荷) 维尔修思 (Velthuijs, M.) 编绘;
亦青译. — 2 版. — 长沙: 湖南少年儿童出版社, 2008. 1
(青蛙弗洛格的成长故事)
ISBN 978 - 7 - 5358 - 3061 - 6

I. 我... II. ①维... ②亦... III. 图画故事—荷兰—现代
IV. I563.85

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 037590 号

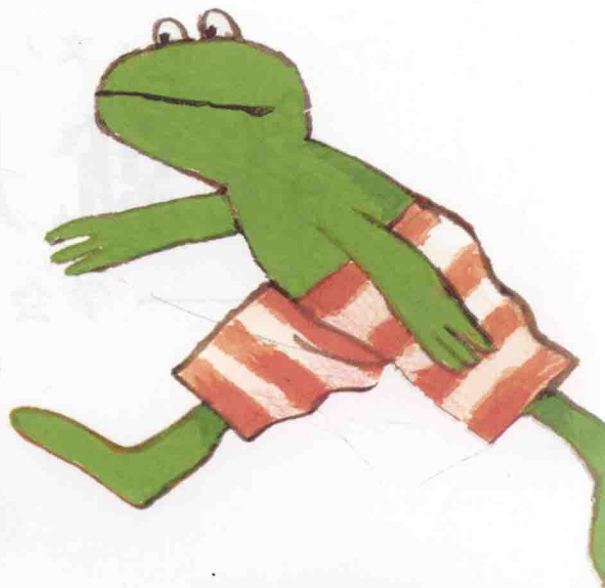
策划编辑: 谭菁菁
责任编辑: 谭菁菁
装帧设计: 陈姗姗
质量总监: 郑瑾

出版人: 胡坚
出版发行: 湖南少年儿童出版社
地址: 湖南省长沙市晚报大道 89 号 邮编: 410016
电话: 0731-82196340 82196334 (销售部) 82196313 (总编室)
传真: 0731-82196340 (销售部) 82196330 (综合管理部)

经销: 新华书店
常年法律顾问: 北京市长安律师事务所长沙分所 张晓军律师
印制: 湖南天闻新华印务有限公司
开本: 889mm × 1194mm 1/20
印张: 1.4
版次: 2006 年 6 月第 2 版 印次: 2013 年 6 月第 2 版第 33 次印刷
定价: 4.80 元

Copyright © 1996 by Max Velthuijs
This paperback edition first published in 1998 by Andersen Press Ltd.
Chinese copyright © 2006 by Hunan Juvenile & Children's Publishing House
All rights reserved.

版权所有 侵权必究
质量服务承诺: 若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换
服务电话: 0731 - 82196362



铺设快活的长路

梅子涵

我在多少地方讲过这个青蛙的故事了？我都是笑着讲的，禁不住地快活；听的人也都是禁不住地笑，神情里净是快活。我们都不只是在笑绿色青蛙、粉嘟嘟小猪们的天真，也是吃惊一个孩子的长大间原来有这样丰富的人格题目要关切、这么多的心理小道要铺设，青蛙的故事一个个地说给我们听了！

真是说得让人赞叹！

我相信这样的书，是很多很多很多的年轻父母等候的。对的，等候！因为你期盼了你的那个宝贝很健康、很优秀啊！

你想像里的他的路是应该很宽很宽，特别明亮的。

那么我们就从铺设好这一条条的小道开始，一起走到这些绿色和粉嘟嘟的故事里。孩子特别快活了，孩子也就特别容易明白。于是，特别健康、特别优秀、特别明亮……我们就都能看得见。

它们在很长的路的前面，并不远，而且是在中央。



—— 作者简介 ——



马克斯·维尔修思 1923 年出生于荷兰海牙，2005 年去世，享年 81 岁。他被认为是荷兰最伟大的儿童图画书创作人之一。“青蛙弗洛格的成长故事”系列图画书是他留给世界的“绝唱”式作品，被誉为是“简笔画世界的杰作”。该系列荣获过诸多重要奖项，包括荷兰的“Golden Pencil”大奖、法国的“Prix de Treize”大奖、德国的“Bestlist Award”大奖、并最终在 2004 年荣获“The Hans Christian Andersen Medal”（国际安徒生插图奖）。



学会对自己有信心

每一样东西都有自己的独特之处，人也是一样。有自己的长处和短处。也许你长得不够漂亮，也许你不够聪明。没有关系，你一定有别人没有的亮点。不要怀疑自己，相信自己，做你自己！

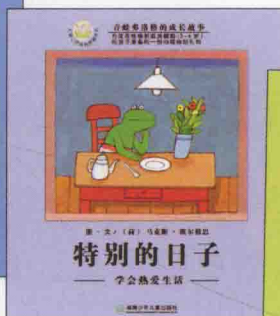
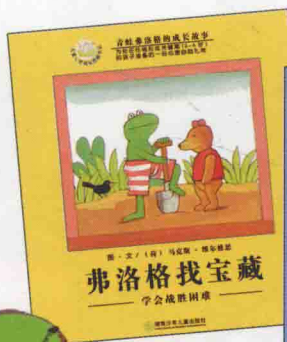
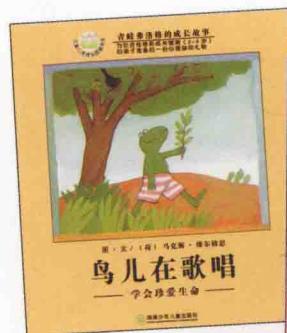
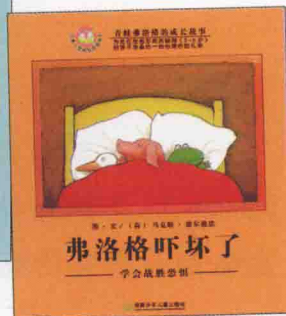
想一想

1. 弗洛格为什么觉得自己很幸运？
2. 弗洛格看到小鸭能飞，他去做了什么？
3. 野兔对弗洛格说了什么？

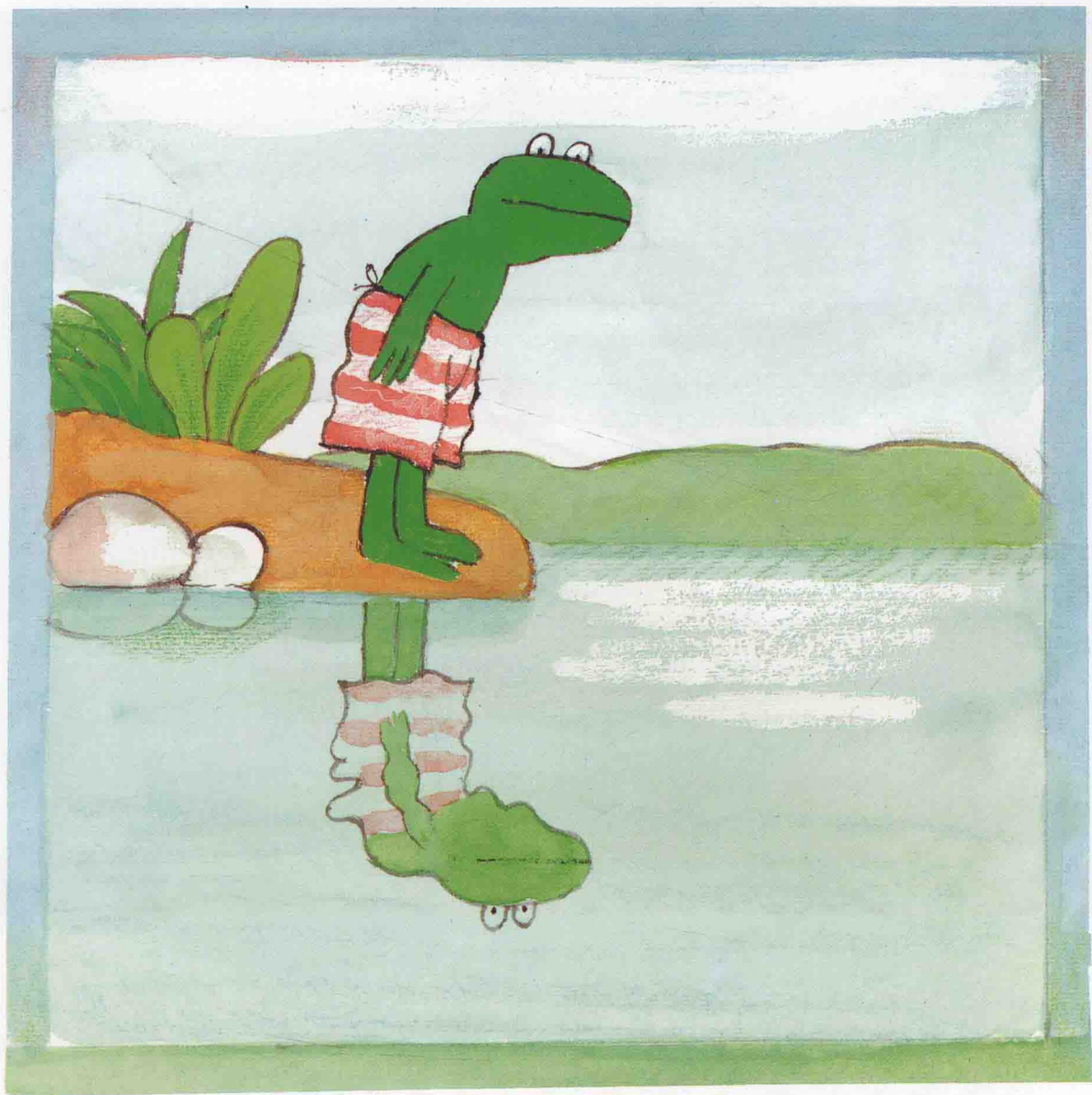
试一试

大声说出自己的优点。对自己说：“我最棒！”

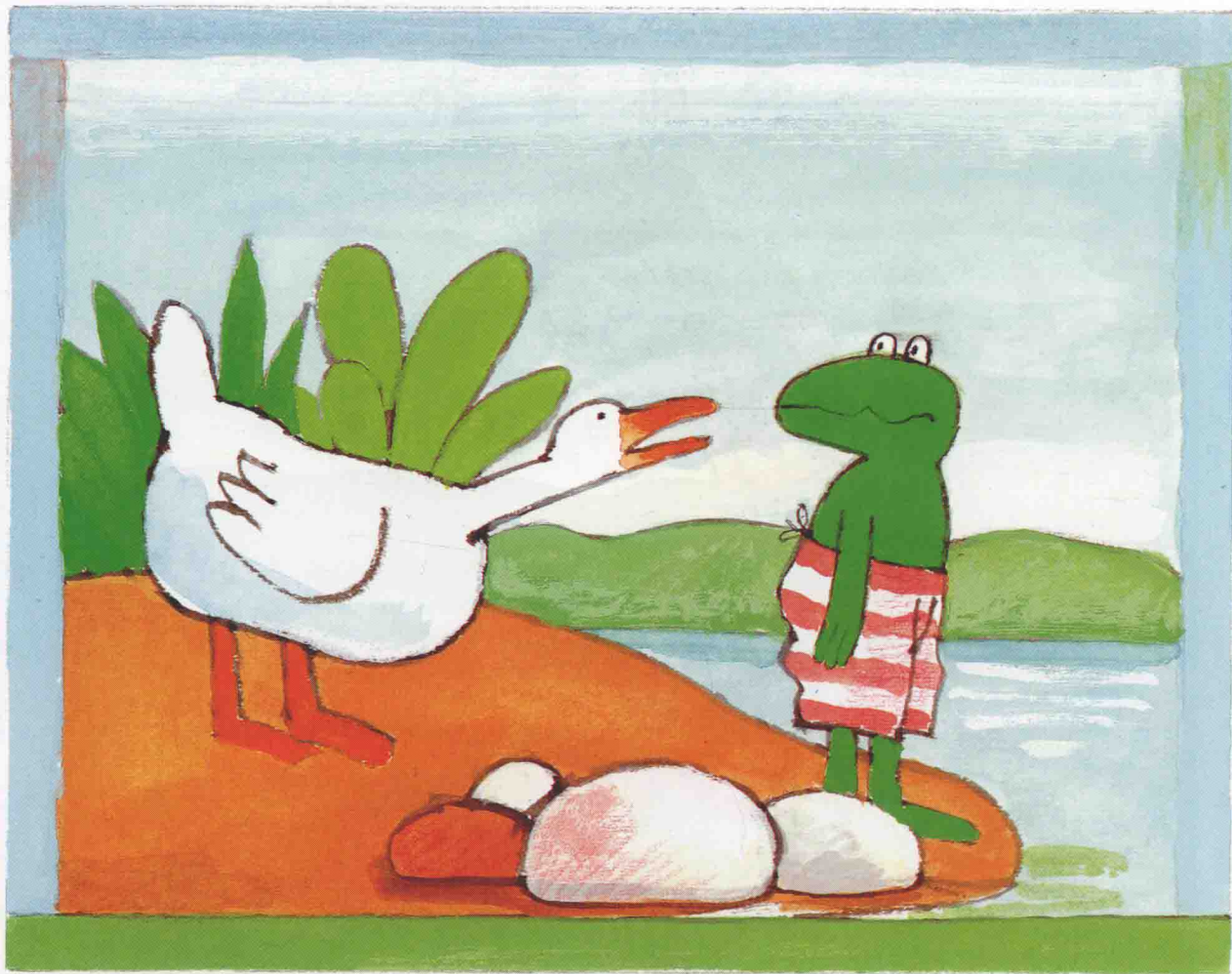




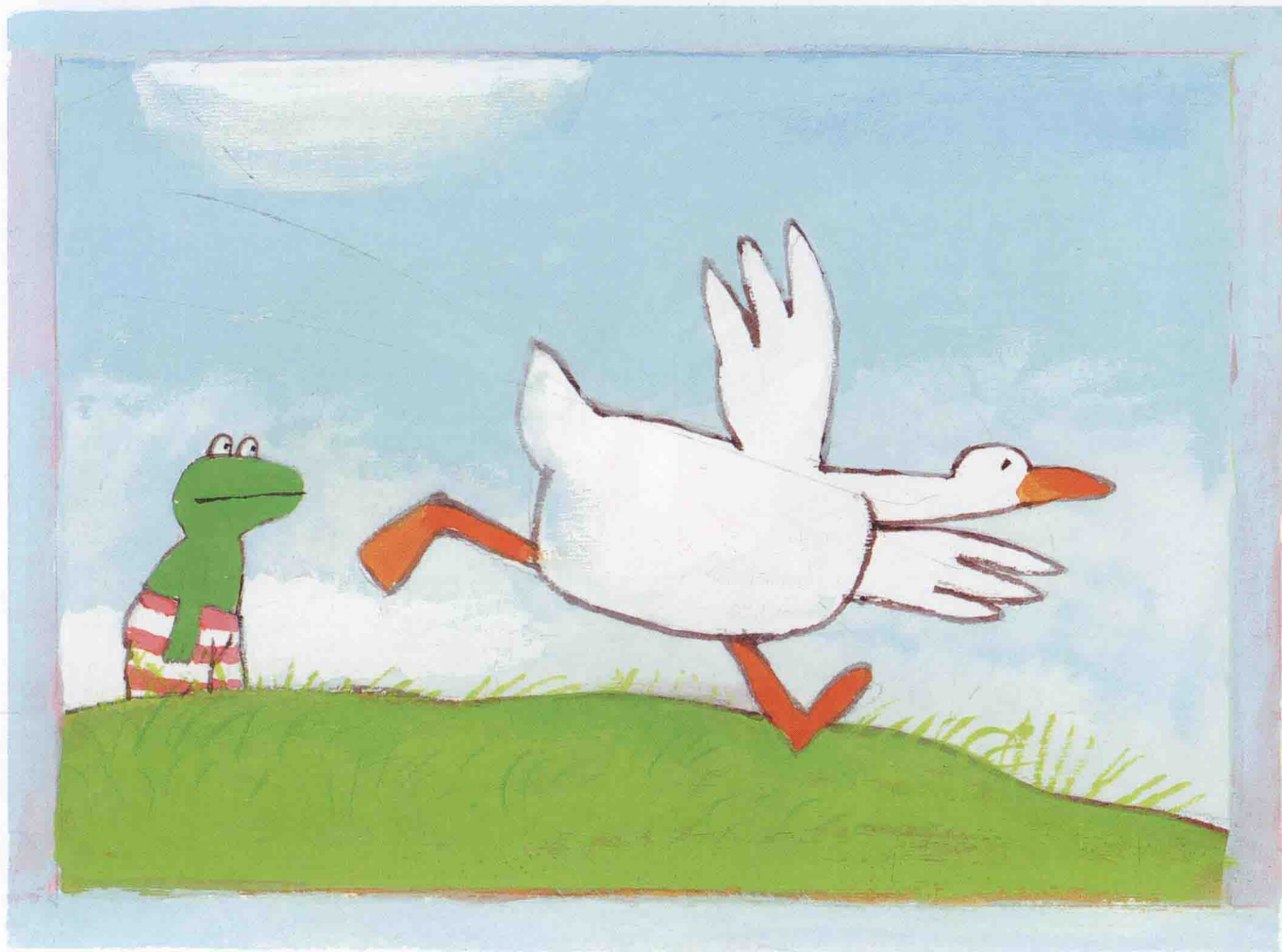
青蛙弗洛格的成长故事



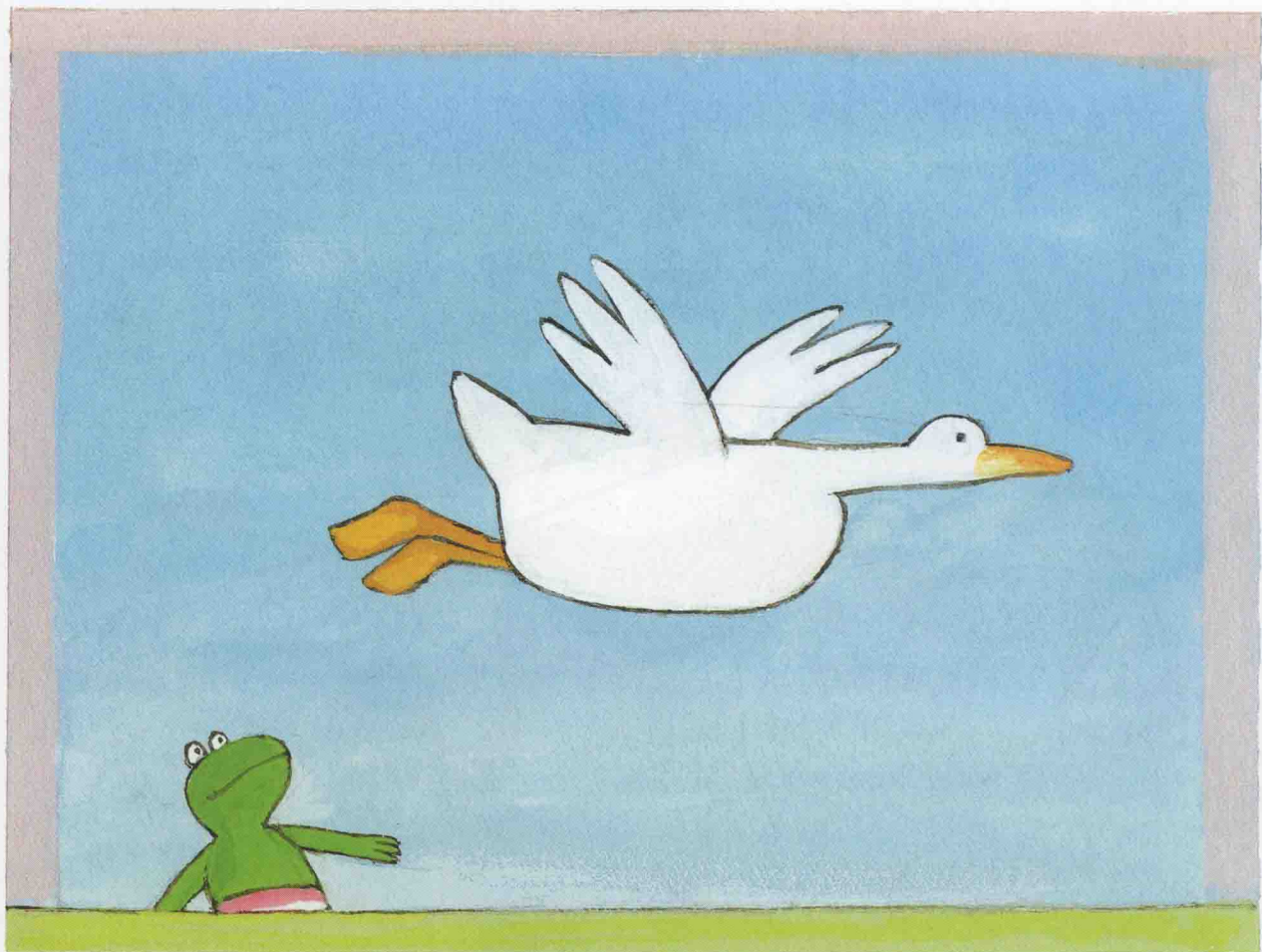
wǒ hǎo xìng yùn a qīng wā fú luò gé yì biān xīn shǎng zhe zì jǐ
“我好幸运啊！”青蛙弗洛格一边欣赏着自己
zài shuǐ zhōng de dào yǐng yì biān shuō wǒ piào liang huì yóu yǒng tiào
在水中的倒影，一边说，“我漂亮、会游泳，跳
shuǐ yòu bǐ qí tā rén tiào de hǎo wǒ shì lǜ sè de ér lǜ sè shì wǒ zuì xǐ
水又比其他人跳得好。我是绿色的，而绿色是我最喜
huan de yán sè zhè shì shàng zuì hǎo de shì jiù shì zuò yì zhī qīng wā
欢的颜色。这世上最好的事就是做一只青蛙。”



nà wǒ ne xiǎo yā wèn wǒ shì bái sè de nán dào nǐ
“那我呢？”小鸭问，“我是白色的。难道你
bù jué de wǒ yě hěn piào liang ma cái bù ne fú luò gé shuō
不觉得我也很漂亮吗？”“才不呢！”弗洛格说，
nǐ shēn shang méi yǒu lǜ sè dàn shì wǒ huì fēi ya xiǎo yā
“你身上没有绿色。”“但是我会飞呀，”小鸭
shuō ér nǐ yòu bú huì
说，“而你又不会。”



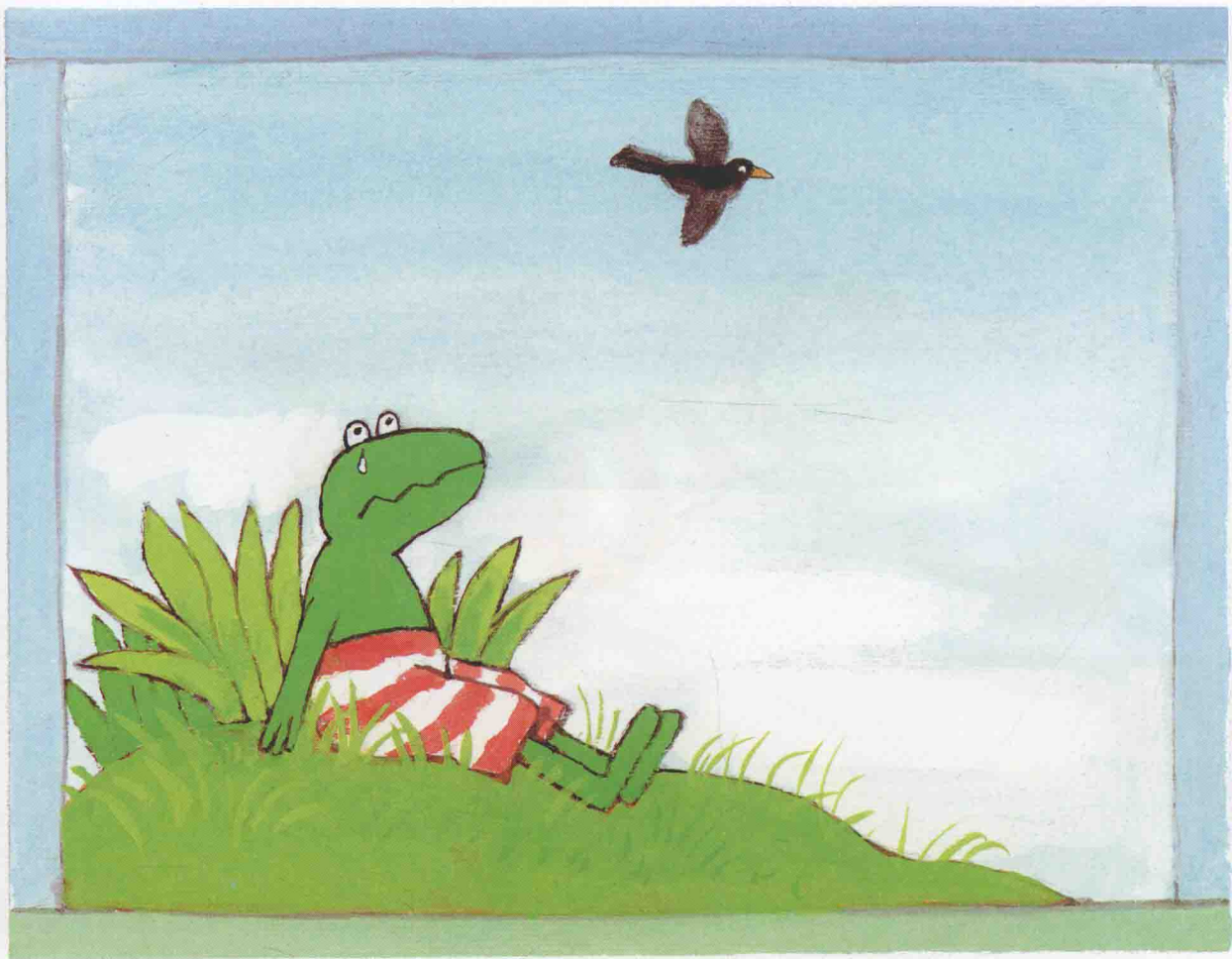
ó shì ma fú luò gé shuō wǒ cóng méi yǒu kàn nǐ fēi
“哦，是吗？”弗洛格说，“我从没有看你飞
guò wǒ shì yǒu diǎn er lǎn xiǎo yā shuō dàn shì wǒ zhēn de kě
过。”“我是有点儿懒。”小鸭说，“但是我真的可
yǐ fēi nǐ kàn tā pǎo le jǐ bù yòng lì de shān dòng chì bǎng
以飞。你看！”她跑了几步，用力地扇动翅膀。



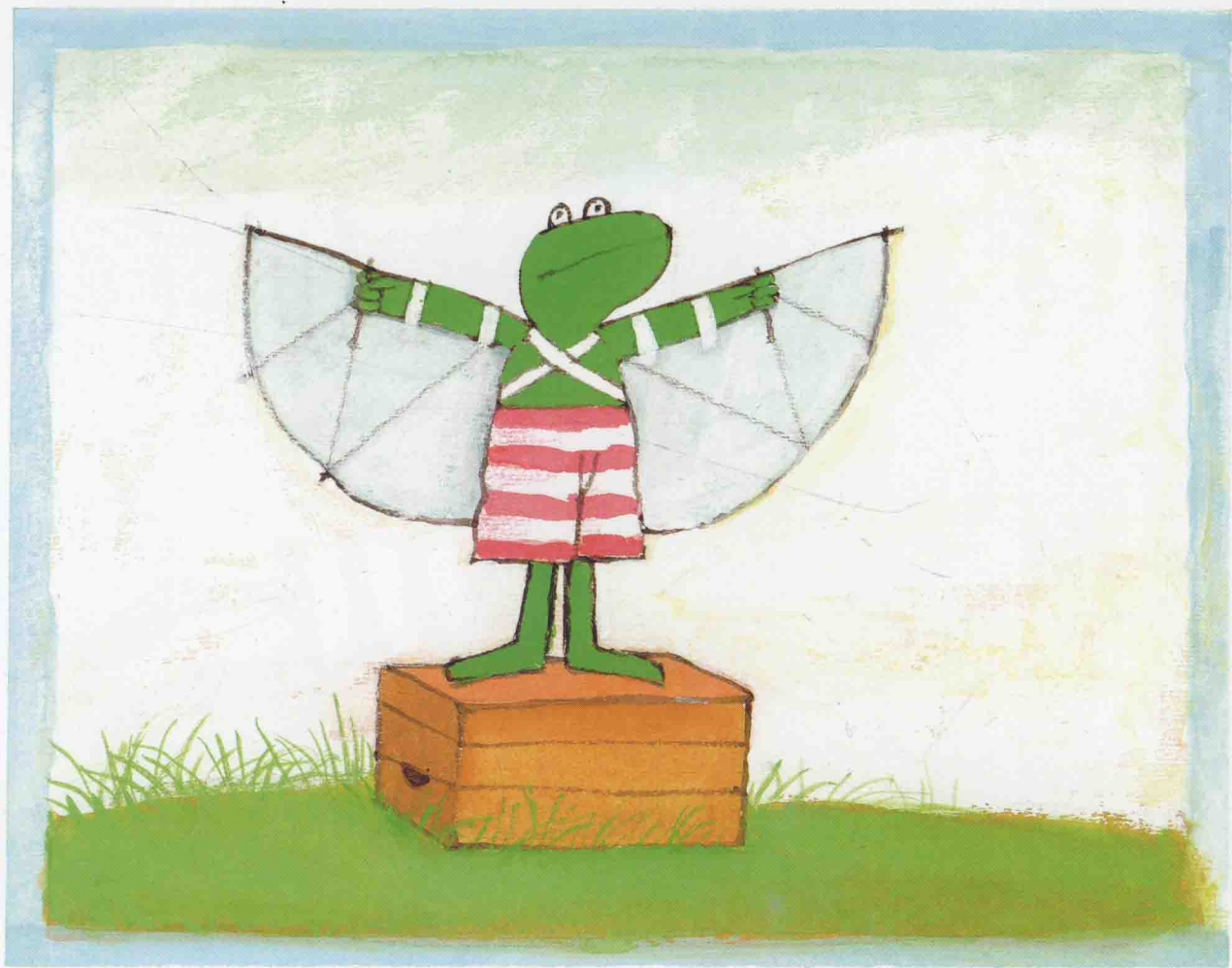
rán hòu xiǎo yā tū rán cóng dì miàn shēng qǐ yōu yǎ de fēi
然后，小鸭突然从地面升起，优雅地飞
xiàng tiān kōng tā fēi le jǐ quān hòu jiàng luò zài fú luò gé miàn qián
向天空。她飞了几圈后，降落在弗洛格面前
de cǎo dì shàng tài bàng le fú luò gé dà jiào chóng bài de
的草地上。“太棒了！”弗洛格大叫，崇拜地
shuō wǒ yě xiǎng yào fēi nǐ bù xíng xiǎo yā shuō nǐ méi
说，“我也想要飞！”“你不行！”小鸭说，“你没
yǒu chì bǎng shuō wán hěn dé yì de huí jiā le
有翅膀。”说完很得意地回家了。



yú shì fú luò gé yí gè rén kāi shǐ liàn xí fēi xíng tā xiàng qián pǎo
于是弗洛格一个人开始练习飞行。他向前跑
le hǎo jǐ bù rán hòu zhāng kāi shǒu bì shàng xià pāi dǎ dàn shì bú
了好几步，然后张开手臂，上下拍打。但是不
lùn tā zěn yàng nǔ lì jiù shì méi bàn fǎ fēi lí dì miàn 。
论他怎样努力，就是没办法飞离地面。



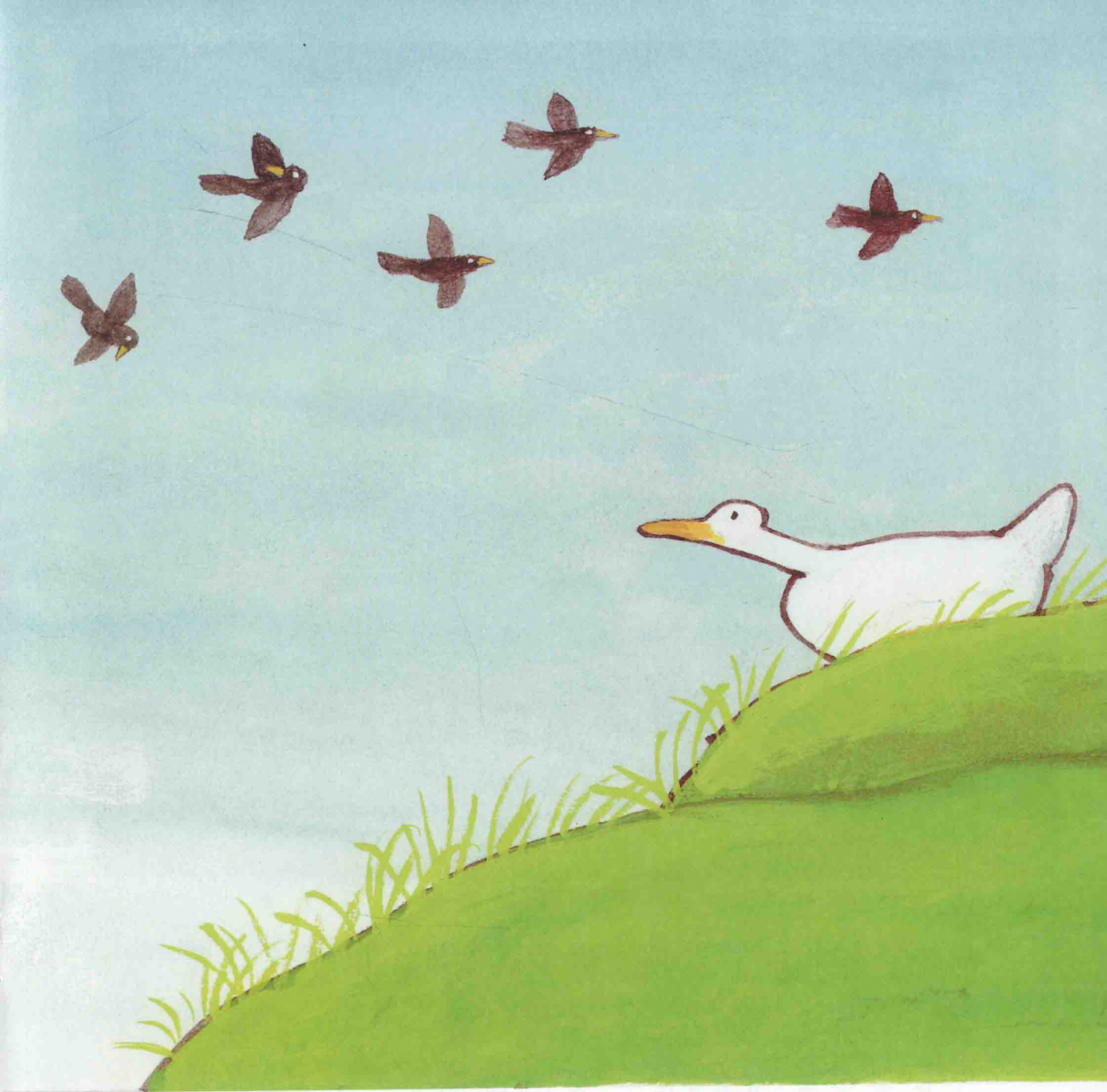
fú luò gé huī xīn le wǒ shì yì zhī méi yǒu yòng de qīng wā
弗洛格灰心了。“我是一只没有用的青蛙。”
tā xiǎng wǒ lián fēi dōu bú huì zhēn xī wàng zì jǐ yě néng yǒu chì
他想，“我连飞都不会。真希望自己也能有翅
bǎng tū rán fú luò gé xiǎng chū le yí gè cōng míng de bàn fǎ tā
膀。”突然弗洛格想出了一个聪明的办法。他
xiāng xìn zhǐ yào shì xiǎo yā néng zuò de tā yě néng
相信只要是小鸭能做的，他也能。

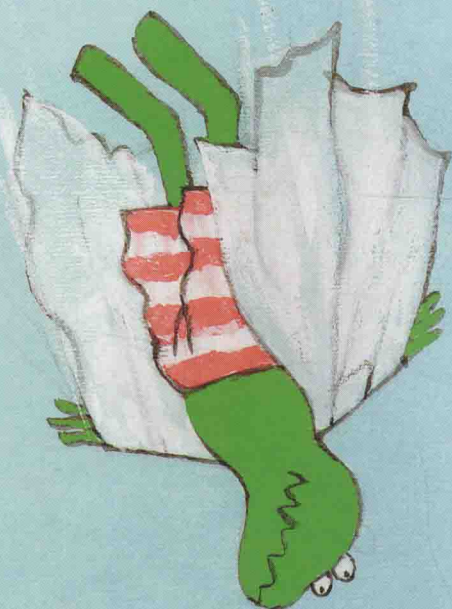


fú luò gé huā le yí gè xīng qī de shí jiān yòng yí kuài jiù chuáng
弗洛格花了一个星期的时间，用一块旧床
dān hé yì xiē xì shéng zuò le yí duì chì bǎng tā zhōng yú kě yǐ zuò yí
单和一些细绳做了一对翅膀。他终于可以做一
cì shì fēi le
次试飞了。



tā pá shàng hé biān de shān qiū xiàng xiǎo yā yí yàng pǎo le
他爬上河边的山丘，像小鸭一样，跑了
jǐ bù rán hòu zhāng kāi shǒu bì tiào xiàng tiān kōng
几步，然后张开手臂，跳向天空。





kāi shǐ tā zhēn de xiàng niǎo er yí yàng zài tiān kōng zhōng pán
开始，他真的像鸟儿一样在天空中盘
xuán le yí huì er dàn shì bù jiǔ chì bǎng duàn le tā jiù xiàng shí tou
旋了一会儿。但是不久，翅膀断了。他就像石头
yí yàng luò xià lái , pā de yì shēng diào jìn le hé li zhè zhì shǎo
一样落下来，“啪”的一声，掉进了河里。这至少
hái suàn shì ān quán jiàng luò
还算是安全降落。