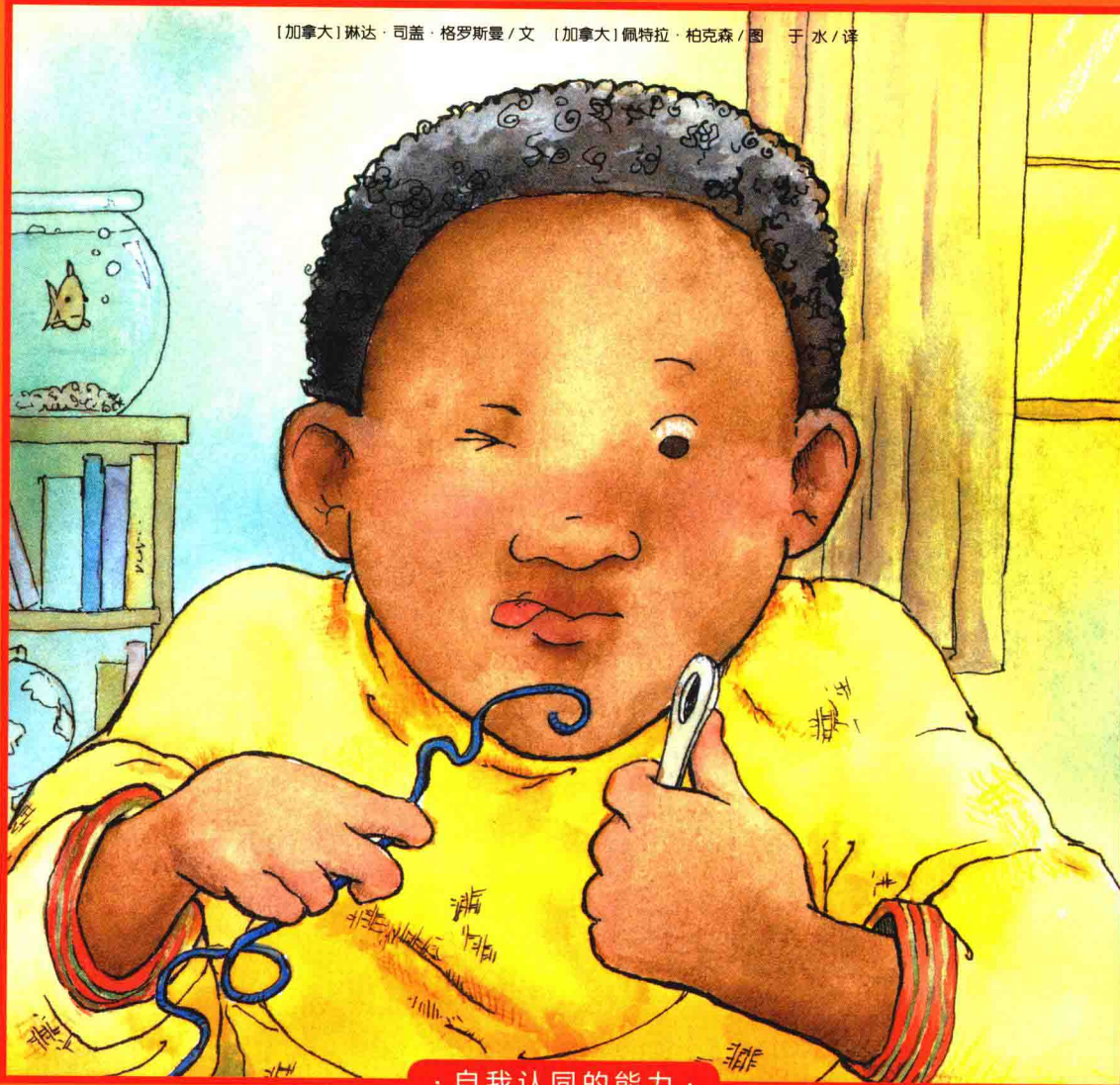


爱护自己有办法

我觉得自己很棒

〔加拿大〕琳达·司盖·格罗斯曼 / 文 〔加拿大〕佩特拉·柏克森 / 图 于水 / 译



· 自我认同的能力 ·



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

爱护自己想办法

我觉得自己很棒

[加拿大] 琳达·司盖·格罗斯曼 / 文 [加拿大] 佩特拉·柏克森 / 图 于水 / 译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

· 北京 ·

著作权合同登记 图字：01-2017-5508

Now I See How Great I Can Be

Copyright © 2001 Boost Child & Youth Advocacy Centre (formerly known as Toronto Child Abuse Centre)

Published with permission of Second Story Press, Toronto, Ontario, Canada. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the Publisher.

本书简体中文版权由和尚猫文化传播（北京）有限公司取得，中国水利水电出版社出版。
未经许可，禁止任何媒体、网站、个人转载、摘编、镜像或利用其他方式使用本书内容。

图书在版编目（CIP）数据

爱护自己有办法. 我觉得自己很棒 / (加) 琳达·司盖·格罗斯曼 (Linda Sky Grossman) 文 ; (加) 佩特拉·柏克森 (Petra Bockus) 图 ; 于水译. — 北京 : 中国水利水电出版社, 2017. 11

书名原文: Now I See How Great I Can be
ISBN 978-7-5170-5859-5

I. ①爱… II. ①琳… ②佩… ③于… III. ①安全教育—儿童读物 IV. ①X956-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第243639号

书 名 爱护自己有办法（我觉得自己很棒）
AIHU ZIJI YOU BANFA (WO JUEDE ZIJI HEN BANG)
著 者 [加拿大] 琳达·司盖·格罗斯曼
绘 者 [加拿大] 佩特拉·柏克森
译 者 于 水

出版统筹 吕 茜

责任编辑 王晓惠

营销编辑 丁 峭

装帧设计 莹 莹

丛书策划 和尚猫文化传播（北京）有限公司

出版发行 中国水利水电出版社（北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038）

网址: www.waterpub.com.cn

E-mail: sales@waterpub.com.cn

电话: (010) 68367658（营销中心）

印 刷 北京博图彩色印刷有限公司

规 格 210mm×210mm 20开 总12.3印张 总76千字

版 次 2017年11月第1版 2017年11月第1次印刷

总 定 价 136.00元（全八册）

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

爱护自己有帮助

我觉得自己很棒

〔加拿大〕琳达·司盖·格罗斯曼 / 文 〔加拿大〕佩特拉·柏克森 / 图 于水 / 译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

· 北京 ·

泰迪，过来跟我一起玩吧。

今天我真是太开心啦！

我有一件重要的事想对你说，

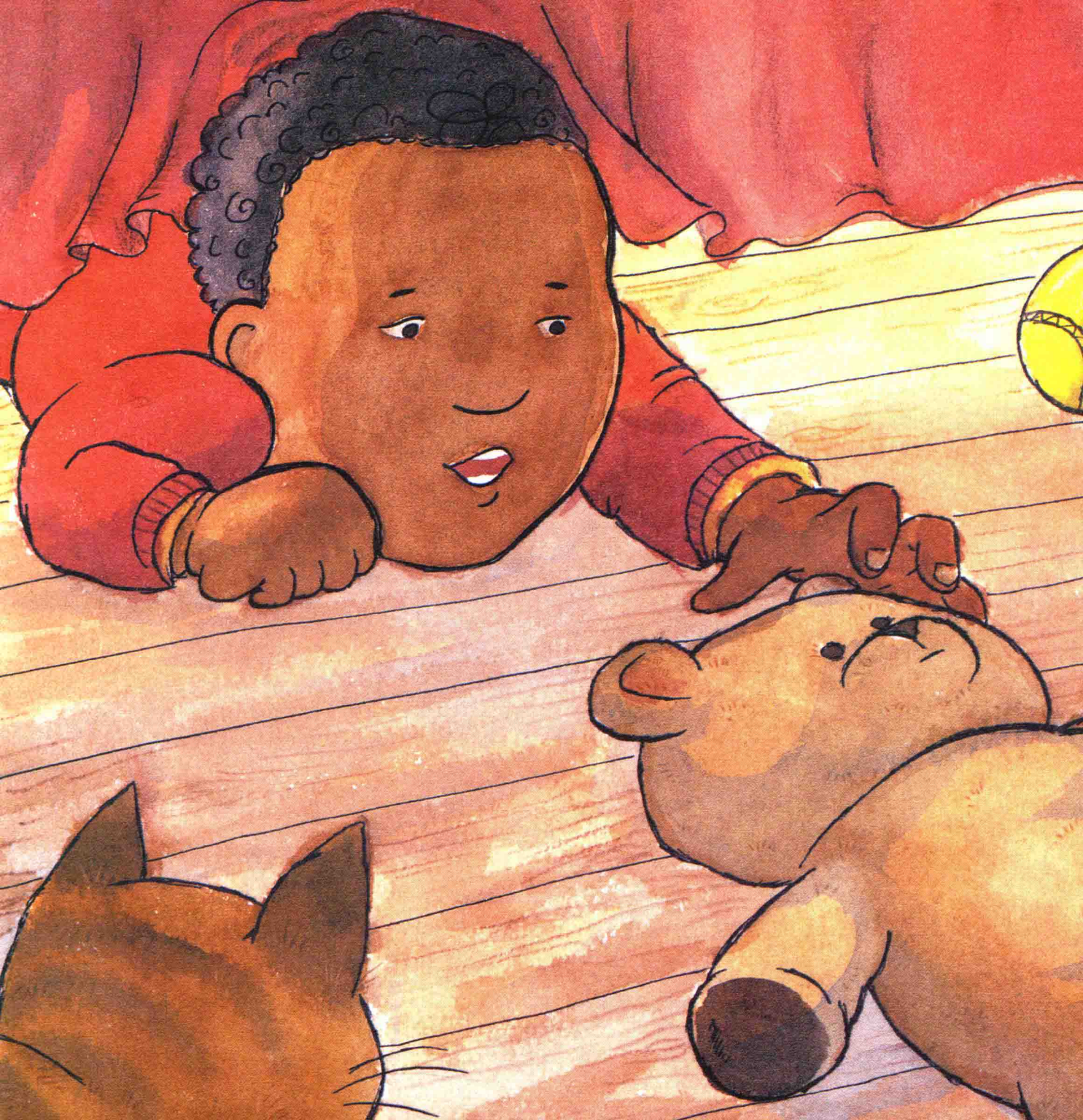
请你好好听啊，我可不想对你大喊大叫。

今天，我学到了新东西，

你是我的好朋友，我要把它分享给你。

分享让一切变得更好，

分享就像我的红毛衣一样温暖。



泰迪，请你别着急！

我没在逗你玩儿，我马上就告诉你。

我有一个大发现，没错，一个大发现：

我很特别，就像你一样特别！



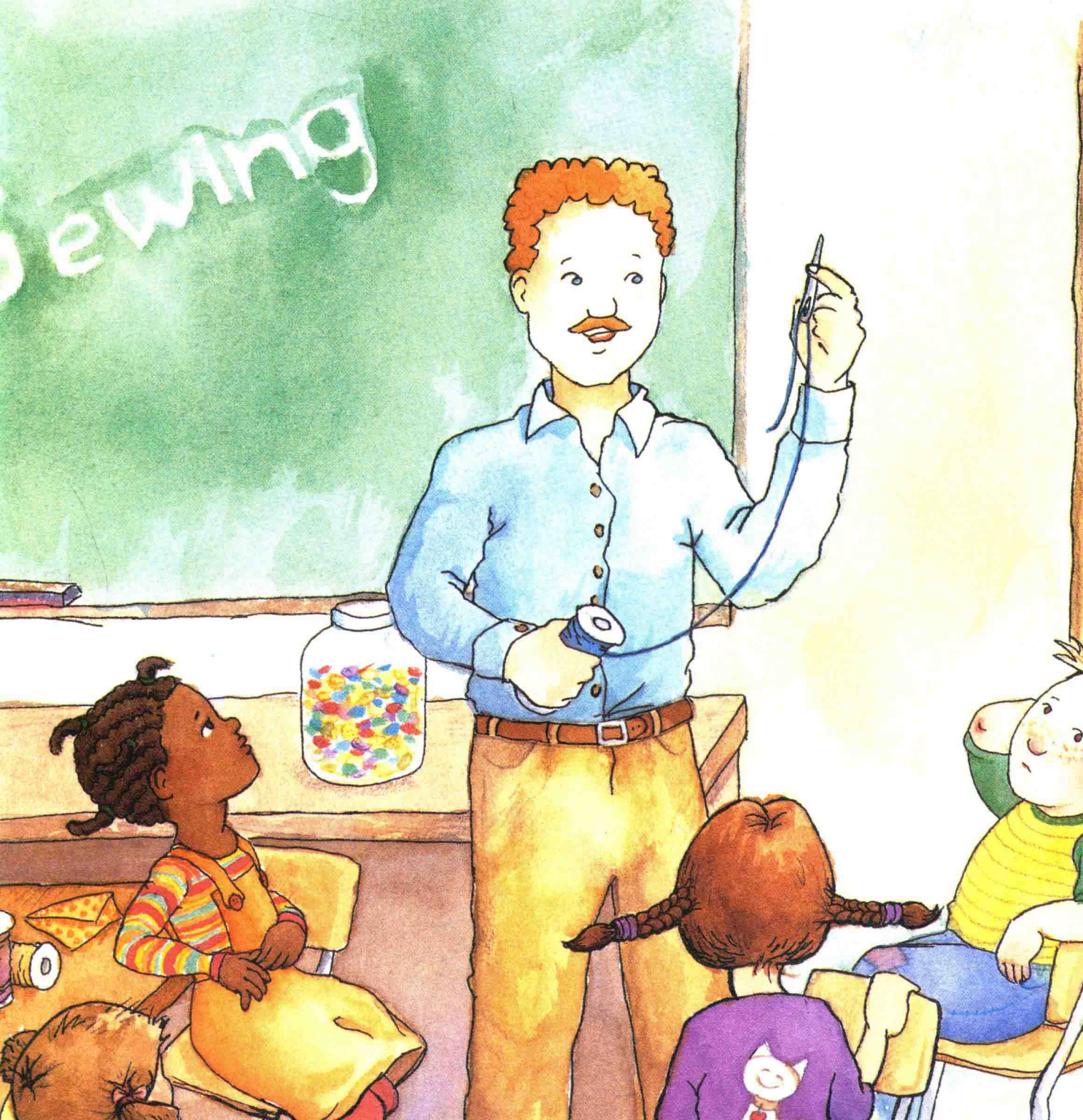
今天，老师让我们做一件事，
我觉得自己做不好，我不行，根本不行！
我心里想：“我就是不做，
老师要是非让我做，我就哭！”



老师说：“我们来缝东西吧。”

老师给了我们每个人一根针，还有蓝色的粗线。

“你们要这样拿着针，把线对着针眼穿过去，
弄不好也别着急。”



他又给了我们布、扣子和一些东西。

山姆和娜娜都学会了，真的！

可我呢，不管怎样拿着线，

它都是弯弯曲曲的，穿不过去。



于是，我把老师给的扣子弄坏了。
我就这么做了，让他们看看我有多酷！
大人总让我做这做那，
还总是说：“这都是为了你好！”

要是我藏起来，假装大人都不在，
他们就不管我了。
于是，我把头藏进胳膊里，
这样可管用了，就像魔法一样。



泰迪，你猜，接下来发生了什么？

老师走过来，拍了拍我的头说：

“尼瑞，我真为你骄傲，

你正在花时间，想办法呢！

你需要帮助的话，老师就在这儿。

我会把自己知道的，都告诉你。

把线穿过针眼挺难的，

就像系鞋带一样，得多练练。”