

最美童年

· 儿童启蒙版 ·

我的第一套

情绪管理 图画书

战胜害怕·不哭不闹

彩图全注音
最美童年编委会 编



最美童年 | 儿童启蒙版

我的第一套 情绪管理 图画书

战胜害怕·不哭不闹

最美童年编委会 编



图书在版编目(CIP)数据

我的第一套情绪管理图画书 / 最美童年编委会编.
—长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2013.7

(最美童年: 儿童启蒙版)

ISBN 978-7-5534-2219-0

I. ①我… II. ①最… III. ①儿童文学—图画故事—中国—当代 IV. ①I287.8

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第156060号

• 最美童年 •

我的第一套情绪管理图画书

- 出 版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)
长春市人民大街 4646 号, 邮政编码 130021
- 发 行 吉林出版集团译文图书经营有限公司
(http://shop34896900.taobao.com)
- 电 话 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728
- 制 作  (www.rzbook.com)
- 印 刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司
- 开 本 889mm × 1194mm 1/16
- 印 张 18
- 字 数 180 千字
- 版 次 2013 年 9 月第 1 版
- 印 次 2013 年 9 月第 1 次印刷
- 书 号 ISBN 978-7-5534-2219-0
- 定 价 148.00 元 (全五卷)

◎如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

最美童年

· 儿童启蒙版 ·

我的第一套

情绪管理 图画书

战胜害怕·不哭不闹

彩图全注音
最美童年编委会 编



吉林出版集团有限责任公司

我的第一套 情绪管理 图画书



贴心、温暖的心理教养故事，让儿童做情绪的小主人！

简洁、实用的指导方法，提升家长的教育水平！

最美童年 | 儿童启蒙版

我的第一套 情绪管理 图画书

战胜害怕·不哭不闹

最美童年编委会 编



图书在版编目(CIP)数据

我的第一套情绪管理图画书 / 最美童年编委会编.
—长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2013.7
(最美童年: 儿童启蒙版)
ISBN 978-7-5534-2219-0

I. ①我… II. ①最… III. ①儿童文学—图画故事—中国—当代 IV. ①I287.8

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第156060号

• 最美童年 •

我的第一套情绪管理图画书

- 出 版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)
长春市人民大街 4646 号, 邮政编码 130021
- 发 行 吉林出版集团译文图书经营有限公司
(http://shop34896900.taobao.com)
- 电 话 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728
- 制 作  (www.rzbook.com)
- 印 刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司
- 开 本 889mm × 1194mm 1/16
- 印 张 18
- 字 数 180 千字
- 版 次 2013 年 9 月第 1 版
- 印 次 2013 年 9 月第 1 次印刷
- 书 号 ISBN 978-7-5534-2219-0
- 定 价 148.00 元 (全五卷)

©如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

FOREWORD

小宝宝呱呱坠地了，看看这里，好新鲜；看看那里，真有趣。对小宝宝来说，一切都是那么新奇，这个世界好大啊！

可是小宝宝什么都不会，怎么办？那就只有学习了。学习说话，学习走路，学习做事……唉！需要学习的事情真是太多了！小宝宝有时很烦恼，不光因为有些事情做不好，还因为爸爸妈妈不按照自己的想法做，非要让小宝宝按照他们的想法做，你说小宝宝该不该烦恼？

可是小宝宝后来想啊想啊，就想通了，爸爸妈妈原来没有错，是自己做得不好：有时太胆小，有时很抠门儿，有时见爸爸忙着还去捣乱，非让爸爸陪着玩儿，还有时乱发脾气……想到这些，小宝宝都不好意思了。不过妈妈说没关系，小宝宝是在成长呢，犯错是难免的。妈妈还给小宝宝买了几本书，让小宝宝向书里的小朋友学习。小宝宝就想：以后一定好好学、好好做，争取和书里的小朋友做得一样好。

亲爱的小朋友，你是不是很好奇书里的小朋友是怎么做的？那就赶紧来看一看吧！



CONTENTS
目录



PART1 战胜害怕



- 08 我不怕陌生人
- 14 我不怕陌生的地方
- 19 我不怕坐电梯
- 24 我不怕理发
- 29 奇怪的声音我不怕
- 34 做噩梦我不怕

PART2 不哭不闹



- 39 不发脾气
- 44 不长时间哭
- 49 妈妈上班我不哭
- 54 安静不喧闹
- 59 上幼儿园不哭闹

我不怕陌生人

故事导读 有的孩子看到陌生人就吓得直哭，而且会一个劲儿往妈妈怀里钻，或者躲到妈妈的后面。如果您的孩子也是这样，该怎么办呢？和孩子一起读读下面的故事吧！看看故事中的小朋友是怎么做的。

一个小哥哥

méngmeng zuì ài qù nǎi nai jiā nǎi nai zuò de kě lè jī tuǐ shì méngmeng zuì ài chī
萌萌最爱去奶奶家，奶奶做的可乐鸡腿是萌萌最爱吃
de měi dào zhōu liù zǎo chen dāng mā ma hái zài chòu měi dǎ ban shí méngmeng jiù děng bu
的。每到周六早晨，当妈妈还在臭美打扮时，萌萌就等不
jí le bù tíng de cuī zhe mā ma kuài diǎnr a
及了，不停地催着：“妈妈快点儿啊！
kuài diǎnr a mā ma lā zhe méngmeng de shǒu zǒu
快点儿啊！”妈妈拉着萌萌的手走
zài jiē shàng méngmeng yī bèng yī tiào de kě kāi
在街上，萌萌一蹦一跳地可开
xīn le
心了！



dīngdōngdīngdōng mā ma àn xiǎng le nǚ nai jiā de mén líng mén kāi le shì
“叮咚叮咚！”妈妈按响了奶奶家的门铃。门开了，是

nǚ nai méngméng gǎn jǐn pǎo jìn qù pū jìn nǚ nai de huái li nǚ nai xiào hē hē de
奶奶！萌萌赶紧跑进去，扑进奶奶的怀里。奶奶笑呵呵地

bào zhe méngméng shuō guāiguāi nǐ kàn zhè lǐ hái yǒu yí nǚ nai jiā de yí gè xiǎo gē
抱着萌萌，说：“乖乖，你看这里还有姨奶奶家的一个小哥

ge ne kuài jiào gē ge a
哥呢，快叫哥哥啊！”



méngméng niǔ tóu yī kàn shā fā shàng zuò zhe jǐ gè rén hái yǒu yī gè pàng hū hū
萌萌扭头一看，沙发上坐着几个人，还有一个胖乎乎

de xiǎo gē ge méngméng de liǎn lì kè hóng le jiào le shēng xiǎo gē ge kě shēng yīn
的小哥哥。萌萌的脸立刻红了，叫了声小哥哥，可声音

xiǎo de xiàng wén zi yī yàng rán hòu jiù lā zhe mā ma pǎo jìn le fáng jiān guān shàng le mén
小得像蚊子一样。然后就拉着妈妈跑进了房间，关上了门。

xiǎo gē ge hěn xiǎng hé méngméng yī qǐ wán er qiāo le hǎo jǐ cì mén
小哥哥很想和萌萌一起玩儿，敲了好几次门，

méngméng dōu bù kāi
萌萌都不开。



yào chī fàn le méng méng cái bù qíng
要吃饭了，萌萌才不情

yuàn de cóng fáng jiān lǐ chū lái nǎi nai ràng
愿地从房间里出来。奶奶让

méng méng hé xiǎo gē ge zuò zài yì qǐ kàn zhe zhuō
萌萌和小哥哥坐在一起。看着桌

shàng ài chī de jī tuǐ méng méng yě bù gǎn qù jiā zhǐ
上爱吃的鸡腿，萌萌也不敢去夹，只

shì dī zhe tóu pá zhe wǎn lǐ de fàn lì xiǎo gē ge gěi méng méng jiā le
是低着头扒着碗里的饭粒。小哥哥给萌萌夹了

yī gè jī tuǐ méng méng tōu tōu de miào le xiǎo gē ge yī yǎn
一个鸡腿，萌萌偷偷地瞄了小哥哥一眼。



chī wán fàn méngménggāng yào zǒu xiǎo gē ge lā zhù tā de shǒushuō wǒ dài
吃完饭，萌萌刚要走，小哥哥拉住她的手说：“我带
le yī gè xīn wán jù wǒ men yī qǐ wánr ba méngméngqīngqīng de dā yīng le yī
了一个新玩具，我们一起玩儿吧！”萌萌轻轻地答应了一
shēng hēng dài zhe xiǎo gē ge qù le fáng jiān xiǎo gē ge bù
声：“嗯！”带着小哥哥去了房间。小哥哥不
dàn bǎ wán jù gěi méng méng wánr hái gěi tā jiǎng xiào huà
但把玩具给萌萌玩儿，还给她讲笑话，
liǎng gè rén bù shí de fā chū kuài lè de xiào shēng
两个人不时地发出快乐的笑声。



EQ 大挑战

见到陌生人就害怕

xiǎopéngyǒu nǐ dǎnxiǎo ma jiàn dào mò shēng rén nǐ yǒu xià miàn de qíng xíng ma
小朋友，你胆小吗？见到陌生人你有下面的情形吗？



1 见到陌生人吓得大哭。



2 不想跟妈妈出去玩儿。



3 不敢跟陌生的小伙伴玩儿。

EQ 小锦囊

多与外界接触，就不怕陌生人了

jiā zhǎng yào duàn liàn hái zǐ de dǎn liàng kě yǐ bǎ cháng yuǎn zhī jì hé jìn qī de bàn
家长要锻炼孩子的胆量，可以把长远之计和近期的办

fǎ xiāng jié hé xún xù jiàn jìn hái zǐ yī dìng néng kè fú hài pà mò shēng rén de xīn lǐ
法相结合，循序渐进，孩子一定能克服害怕陌生人的心理。



1 和陌生人礼貌地打招呼，她很友好呢！



2 我要经常跟妈妈出去，就谁都不怕了。



3 小伙伴很友好，还拉我的手一起玩儿呢！

我不怕陌生的地方

故事导读 孩子在一个陌生的环境里，没有安全感，会有恐惧心理，这是很正常的。如果您的孩子有黏人、哪里也不敢去、不敢玩儿的现象，就和孩子读读下面的故事吧，相信您会得到启发的！

真好玩儿

xià tiān dào le mā ma dài zhe xiǎo

夏天到了，妈妈带着小

bǎo qù hǎi biān dù jià hǎi biān de rén

宝去海边度假。海边的人

