

最美童年

· 儿童启蒙版 ·

我的第一套

# 情绪管理 图画书

远离难过·建立自信



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

远离难过·建立自信

最美童年编委会 编



CONTENTS  
目录





## PART9 远离难过



- 238 没人跟我玩儿
- 245 受伤了
- 252 盼望已久的事情做不了
- 258 想要的东西得不到

## PART10 建立自信



- 264 战胜疾病有信心
- 269 我知道怎么办
- 275 这件事情我能行
- 280 遇事沉着冷静

# 没人跟我玩儿

**故事导读** 孩子很喜欢和同伴一起玩儿，但是，孩子之间很容易出现矛盾，有的孩子会教唆和自己关系好的伙伴疏远自己看不顺眼的伙伴，这虽然看起来很孩子气，但会影响孩子的情绪和性格。父母要及时注意观察孩子的情绪，给予孩子疏导和指导。请你看看下面的故事，想一想，对你是不是很有启发呢？

## 我们不带他玩儿

zǐ xuān shì kǒnglóng bān li de xiǎo sī lìng píng shí xiǎopéng yǒu men dōu yuàn yì hé  
子轩是恐龙班里的小司令，平时，小朋友们都愿意和  
tā yì qǐ wánr kě shì zì cóng bān li xīn lái le yì gè  
他一起玩儿。可是，自从班里新来了一个  
piào liang de xiǎo gū niang jiā qí yǐ hòu qíng kuàng jiù gǎi biàn  
漂亮的小姑娘嘉琪以后，情况就改变  
le dào dǐ shì zěn me huí shì ne ràng wǒ lái  
了。到底是怎么回事呢，让我来  
màn màn gào su nǐ  
慢慢告诉你。





yuè kāi xué de dì yī tiān lǎo shī lǐng zhe jiā qí dào bān  
9月开学的第一天，老师领着嘉琪到班

li duì dà jiā shuō zhè shì jiā qí xiǎopéngyǒu xīn dào wǒ men  
里，对大家说：“这是嘉琪小朋友，新到我们

kǒnglóngbān lái dà jiā huānyíng xiǎopéngyǒu mēndōu rè qíng de  
恐龙班来，大家欢迎！”小朋友们都热情地

gǔ zhǎng zuò yóu xì de shí hou zǐ xuān duì jiā qí shuō nǐ hé  
鼓掌。做游戏的时候，子轩对嘉琪说：“你和

wǒ men yì qǐ wánr ba kàn zhe zǐ xuān dài zhe dà jiā yì qǐ zuò  
我们一起玩儿吧。”看着子轩带着大家一起做

yóu xì jiā qí yě xiǎngxiàng zǐ xuān yī yàng dāng sī lìng  
游戏，嘉琪也想像子轩一样当司令。





dì èr tiān jiā qí dài lái qiǎo kè lì hé wán jù gěi le liǎng gè xiǎo péng yǒu tiáo  
第二天，嘉琪带来巧克力和玩具，给了两个小朋友，条

jiàn shì tā men bì xū tīng tā de tā men sān gè yì qǐ wán bié de yóu xì qù le jiù  
件是他们必须听她的，他们三个一起玩儿别的游戏去了。就

zhè yàng méi yòng jǐ tiān jiā qí jiù bǎ zǐ xuān shēn biān de xiǎo péng yǒu dōu lā zǒu le  
这样，没用几天，嘉琪就把子轩身边的小朋友都拉走了。

wánr yóu xì de shí hou xiǎo péng yǒu men dōu tīng jiā qí de  
玩儿游戏的时候，小朋友们都听嘉琪的。





zhǐ shèng zǐ xuān yī gè rén le tā xiǎng cān jiā jī qí tā men de yóu xì  
只剩子轩一个人了，他想参加嘉琪他们的游戏，

kě shì jiā qí shuō wǒ men bù dài tā wánr ràng tā zǒu kāi zǐ xuān hěn  
可是嘉琪说：“我们不带他玩儿，让他走开。”子轩很



shāng xīn wēi qu de duì lǎo shī shuō lǎo shī tā men dōu bù gēn  
伤心，委屈地对老师说：“老师，他们都不跟

wǒ wánr le lǎo shī hěn qí guài yǐ qián dà jiā dōu  
我玩儿了。”老师很奇怪，以前大家都

hěn ài hé zǐ xuān wánr xiàn zài fā shēng le shén me shì  
很爱和子轩玩儿，现在发生了什么事

ne lǎo shī jué dìng gǎo qīng chu  
呢？老师决定搞清楚。





jīng guò diào chá lǎo shī zhī dào le shì zěn me huí shì jiù bǎ jiā qí jiào  
经过调查，老师知道了是怎么回事，就把嘉琪叫

dào yī biān wèn jiā qí shì nǐ bù ràng dà jiā dài zǐ xuān wán ma jiā  
到一边问：“嘉琪，是你不让大家带子轩玩儿吗？”嘉

qí hěn jǐn zhāng de kàn zhe lǎo shī bù shuō huà lǎo shī yòu shuō nǐ xiǎng dài  
琪很紧张地看着老师，不说话。老师又说：“你想带

lǐng dà jiā wán hěn hǎo dàn shì bù néng yòng gěi dōng xī de fāng shì yāo qiú dà jiā  
领大家玩儿很好，但是不能用给东西的方式要求大家，

gèng bù néng gū lì zǐ xuān jiā qí dī xià le tóu  
更不能孤立子轩。”嘉琪低下了头。





lǎo shī mō mō jiā qí de xiǎo biàn zi shuō jiā qí xià miàn zěn me zuò wǒ xiǎng  
 老师摸摸嘉琪的小辫子说：“嘉琪，下面怎么做，我想  
 nǐ yǐ jīng zhī dào le jiā qí diǎn diǎn tóu lí kāi le guò le yī huìr hái zǐ men  
 你已经知道了。”嘉琪点点头，离开了。过了一会儿，孩子们

de xiào shēng xī yǐn le lǎo shī de zhù yì lì jiā qí zǐ xuān zhèng hé  
 的笑声吸引了老师的注意力，嘉琪、子轩正和

dà jiā zài zuò yóu xì wánr de kě kāi xīn le lǎo shī yě hěn kāi xīn  
 大家在做游戏，玩儿得可开心了！老师也很开心

de xiào le  
 地笑了。





## 不愿意和我玩儿

hái zi jīng cháng yīn wèi yī diǎnr máo dùn jiù shēng qì rán hòu bù zài yì qǐ wánr  
孩子经常因为一点儿矛盾就生气，然后不在一起玩儿，

nǐ yǒu guo xià liè de qíng xíng ma  
你有过下列的情形吗？



1 我总是向老师告状，小朋友们都不愿意和我玩儿。



2 为了抢一个玩具，我咬了小刚一口。



3 壮壮到我家做客，想玩儿我的玩具，我不给，还推他。

## 一起玩儿要谦让

hái zi yì qǐ wánr róng yì chǎnshēng jiū fēn de yuán yīn shì bù dǒng de qiānràng  
孩子一起玩儿，容易产生纠纷的原因是不懂得谦让，

fù mǔ yào yòng xíng dòng jiāo huì hái zi qiānràng zhè yàng dà jiā cái néng wánr de hǎo  
父母要用行动教会孩子谦让，这样大家才能玩儿得好。



1 小朋友碰到我不是故意的，我原谅他，不告诉老师了。



2 我和小刚轮着玩儿玩具，我不抢。



3 壮壮是客人，我是主人，我应该让壮壮先玩儿玩具。



# 受伤了

**故事导读** 孩子活泼好动，还喜欢打闹，大人稍微一个不留神，他们就会出状况，轻的擦破皮，重的会骨折，不幸的还会因此失去生命。对孩子严加保护，不如让孩子自己具备安全意识，注意防范，大人才能真的放心。请宝宝看看下面的故事，说说故事里的小朋友做得对不对？

## 好烫

dòu dou xiàng gè xiǎo hóu zi yī yàng huó pō hào dòng yī kè yě bù xián zhe yào  
 豆豆像个小猴子一样，活泼好动，一刻也不闲着。要  
 shuō dòu dou zuì xǐ huān de shì qing dāng rán shì kǒu dòng dòng le zhǐ yào kàn dào jiā li yǒu  
 说豆豆最喜欢的事情，当然是抠洞洞了。只要看到家里有  
 xiǎo dòng dòng bǐ rú chā zuò chā kǒng tā jiù xiǎng  
 小洞洞，比如插座插孔，他就想  
 yòng xiǎo shǒu zhǐ qù kōu yī kōu kàn kan lǐ miàn  
 用小手指去抠一抠，看看里面  
 yǒu gè shá shì bu shì cáng zhe xiǎo chóng zi  
 有个啥，是不是藏着小虫子。





mā ma jué de dòu dou zhè yàng hěn bù ān quán suǒ yǐ shí kè jiān dū dòu dou hái bǎ  
妈妈觉得豆豆这样很不安全，所以时刻监督豆豆，还把  
jiā li de chā zuò kǒng dōu dǔ shàng gào su dòu dou luàn kōu xiǎo dòng hěn wēi xiǎn kě shì  
家里的插座孔都堵上，告诉豆豆乱抠小洞很危险。可是，  
dòu dou bù zhī dào shén me shì wēi xiǎn yǐ wéi mā ma shì zài hé tā shuō zhe wánr lìng wài  
豆豆不知道什么是危险，以为妈妈是在和他说着玩儿。另外，  
mā ma hái jìn zhǐ tā qù chú fáng shuō chú fáng li yě hěn wēi xiǎn  
妈妈还禁止他去厨房，说厨房里也很危险。





zhè tiān chèn mā ma shàng cè suǒ de shí hou dòu dòu jiù lái dào chú fáng xiǎng kàn  
 这天，趁妈妈上厕所的时候，豆豆就来到厨房，想看  
 kàn yǒu shén me hǎo wánr de rán qì zào kāi zhe shàng miàn zhèng shāo zhe shuǐ shuǐ kuài kāi  
 看有什么好玩儿的。燃气灶开着，上面正烧着水，水快开

le bù duàn de cóng hú gài  
 了，不断地从壶盖  
 páng biān mào zhe rè qì dòu dòu  
 旁边冒着热气。豆豆  
 jiù qí guài le zhè rè qì shì  
 就奇怪了，这热气是  
 cóng nǎ li mào chū lái de shì  
 从哪里冒出来的，是  
 hú li ma  
 壶里吗？





dòu dòu zuǒ kàn kan yòu kàn kan bù yóu de shēn chū xiǎoshǒu zhǐ pèng le yī xià shuǐ  
豆豆左看看，右看看，不由得伸出小手指碰了一下水

hú à hǎotàng téng sǐ le dòu dòu lì kè xiàng bèi shéi hěn cǎi le yī xià wěi ba sì  
壶，啊！好烫！疼死了！豆豆立刻像被谁狠踩了一下尾巴似

de měng rán dà kū qǐ lái mā ma tīng dào shēng yīn sān bù bìng zuò liǎng bù pǎo dào chú fáng  
的猛然大哭起来。妈妈听到声音，三步并作两步跑到厨房

lǐ kàn dào dòu dòu jǔ zhe shǒu  
里，看到豆豆举着手

zhǐ zhèng kū de huān mǎ shàng  
指正哭得欢，马上

míng bai le shì zěn me huí shì  
明白了是怎么回事。





mā ma lì kè bǎ dòu dou de shǒu zhǐ fàng zài shuǐ lóng tóu xià chōng xǐ  
妈妈立刻把豆豆的手指放在水龙头下冲洗。

dòu dou gǎn jué shāng kǒu méi yǒu nà me téng le kū shēng jiàn jiàn xiǎo le  
豆豆感觉伤口没有那么疼了，哭声渐渐小了。

mā ma gěi dòu dou chōng xǐ le yī huìr zhī hòu jiù gěi dòu dou zài  
妈妈给豆豆冲洗了一会儿之后，就给豆豆在

shǒu zhǐ shàng mǒ le yī diǎnr tàng shāng yào bǎ dòu  
手指上抹了一点儿烫伤药，把豆

dòu dài dào kè tīng lǐ  
豆带到客厅里。





kàndào dòudou jiàn jiàn bù kū le mā ma cái shuō mā ma gào su guo nǐ chú fáng  
看到豆豆渐渐不哭了，妈妈才说：“妈妈告诉过你，厨房  
hěn wēi xiǎn nà li yǒu huǒ huì tàng dào nǐ hái yǒu dāo yě huì shāng dào nǐ nǐ wèi  
很危险，那里有火，会烫到你，还有刀，也会伤到你，你为  
shén me bù tīng dòu dou dī zhe tóu bù shuō huà bù guò ne dòu dou zǎo jiù zhī dào zì  
什么不听？”豆豆低着头不说话，不过呢，豆豆早就知道自  
jǐ cuò le mā ma shuō de hěn duì yǐ hòu yào zhào zhe mā ma shuō de zuò cái xíng  
己错了，妈妈说得很对，以后要照着妈妈说的做才行。

