

美 英 詹妮弗·坎顿 (Jennifer Candon) 著

孙燕 译

北京市绿色印刷工程
优秀少儿读物绿色印刷示范项目

儿童情绪管理与性格培养绘本
第二辑 我不再害怕

不再害怕 尝试

When Lizzy Was Afraid of Trying New Things



American Psychological Association
美国心理学会

独家授权
APA



化学工业出版社



不再害怕尝试

When Lizzy Was Afraid of Trying New Things

[美] 英格·迈尔 (Inger Maier) 著

[美] 詹妮弗·坎顿 (Jennifer Candon) 绘

孙燕 译



化学工业出版社

·北京·

带着我们的爱，献给我们的家人——英格·迈尔和詹妮弗·坎顿

图书在版编目 (CIP) 数据

不再害怕尝试 / [美] 迈尔 (Maier, I.) 著; 孙燕译. —北京: 化学工业出版社, 2012.1 (2015.1重印)
(儿童情绪管理与性格培养绘本)

书名原文: When Lizzy Was Afraid of Trying New Things

ISBN 978-7-122-12888-1

I. 不… II. ①迈… ②孙… III. 儿童读物—图画故事—美国—现代 IV. I712.85

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 242935 号

Copyright © 2005 by the Magination Press

This Work was originally published in English under the title of: *When Lizzy Was Afraid of Trying New Things* as publication of the American Psychological Association in the United States of America. Copyright © 2005 by Inger Maier, PhD and Jennifer Candon by the American Psychological Association (APA). The Work has been translated and republished in the Simplified Chinese language by permission of the APA. This translation cannot be republished or reproduced by any third party in any form without express written permission of the APA. No part of this publication may be reproduced or distributed in any form or by any means, or stored in any database or retrieval system without prior permission of the APA.

本书中文简体字版由 Magination Press 授权化学工业出版社独家出版发行。未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分, 违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2011-6416

责任编辑: 王 玮 肖志明 万仁英

特约编辑: 李 征

责任校对: 蒋 宇

装帧设计: 黑羽平面工作室

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

889mm×1194 mm 1/20 印张2 字数27千字 2015年1月北京第1版第14次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

在我们的传统思想中，往往认为小孩子什么都不懂。但回忆自己的成长经历时，却发现我们其实有着很多不为大人所知的烦恼，也曾经渴望得到更多的支持。也许我们在无助中度过了很多岁月，但我们的孩子不应该如此。也许我们是稀里糊涂地长大的，也还长得不错，但我们的孩子应该更加享受成长的过程。我们的父母在他们所知所能的范围内已经尽了他们的努力，今天，轮到我们的时候，我们也需要去努力。

曾经的小孩子成为父母，尤其是成为从事出版工作的父母之后，首先想做的就是奉献出一套帮助孩子成长的书：让孩子更勇敢地面对恐惧、焦虑、害羞等成长中的困惑，让孩子更顺利地走过上幼儿园、上学、交友等所有人生中的第一次。

我们也了解任何一个不经意的细节可能给孩子的威胁，所以，我们磨去了书的尖角，采用亚光的封面……

但愿我们的孩子长大之后，回忆自己的童年，曾经的烦恼可以成为笑谈，因为身边有父母、有书相伴。

富丝、爸爸和妈妈，还有他的双胞胎弟妹碧丝和丽丝，一起住在一个又大又绿的田野上。

富丝喜欢当大哥哥。作为老大，他有时帮其他羊分辨双胞胎中谁是谁。碧丝的外衣上有一个之字形的条纹，丽丝背上有一个棕色的圈圈。



不再害怕尝试

3岁以上适读

When Lizzy Was Afraid of Trying New Things

小羊丽丝非常害羞，而且她还害怕尝试新东西。她甚至不能和其他小羊一起玩好玩的游戏。

“我不行。”

“太难了。”

“别人都看着我呢。”

“别的羊会笑话我的。”



对于很多孩子来说，当想到可能会发生不熟悉的、意料之外的事情时，他们会感到非常焦虑。他们不能享受新的游戏、学习新的东西，而是抗拒、哭泣或者生气。这些孩子还会害怕与其他人互动，会回避多数社会互动。

儿童的焦虑和他们对于一个情境的理解有限、他们对此的实际想法，以及他们对自己应对能力的感知相关。在《不再害怕尝试》里，提供了一系列的观点和方法，帮助孩子更积极地应对新事件和陌生人，克服恐惧。

小羊富丝是一个帮助儿童应对恐惧的图书系列，包括对失败的恐惧、害羞、分离焦虑、害怕与他人不同，以及害怕噪声。作者和绘图者是母女团队，她们在心理学、儿童发展以及教育方面有丰富的专业经验。

《不再害怕尝试》是这个系列的第二本。



绿色印刷产品

大豆油墨环保印刷 可持续森林环保纸
亚光铜版保护视力 圆角设计安全翻页

贴心呵护宝宝 快乐阅读体验

ISBN 978-7-122-12888-1



9 787122 128881

销售分类建议：少儿/绘本/心理学

定价：12.80元