

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

图书基本信息

书名：<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

13位ISBN编号：9787122149718

10位ISBN编号：7122149714

出版时间：2012-11

出版时间：化学工业出版社

作者：[美国] 马克·涅米罗夫, 简·阿农吉亚塔

页数：44

译者：赵丹

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

前言

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，采用亚光的封面和内文……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。

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

内容概要

儿童情绪管理与性格培养绘本第6辑（套装共2册）包含：《害羞的面条和兴奋的鸡蛋：儿童情感菜单》和《不想伤心的男孩》。

《害羞的面条和兴奋的鸡蛋：儿童情感菜单》：我们所有人都会有各种情绪，开心、焦虑、害羞、害怕、伤心、抱歉、兴奋、孤独、愤怒、惊讶、困惑，处理这些情绪并不简单。

怎样了解你的情绪，又怎样处理这些情绪呢？

走进你的情感餐厅，你就会找到答案，做情绪的主人！

“写给父母的话”解释了情绪教育的重要性，并教给父母帮助孩子了解他们情绪的方法，让孩子知道为什么他们会有这些情绪，当这些情绪变大、难以处理时他们该怎么做。

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

作者简介

马克·涅米罗夫 (Marc Nemiroff) 博士和简·阿农吉亚塔 (Jane Annunziata) 博士既是临床心理学家，同时又是多本儿童图书的作者。他们最近合著的《有时我会害怕》是一本教孩子克服日常恐惧的书。

克里斯汀·

巴图斯 (Christine

Battuz) 毕业于意大利佩鲁贾美术学院，获得艺术专业硕士学位，她清新的图画出现在四十多本儿童图书和杂志上。

赵丹，英语语言与文学专业毕业，做过政府职员、英语教师，最终选择她热爱的翻译工作。

做母亲使她重新认识了自己，她与四岁的女儿共同成长。

能够为孩子们带来快乐，是她最快乐的事。

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

章节摘录

孩子不太会用积极的方式来表达他们的感受，他们既不会享受好情绪，也不会处理坏情绪。了解他们的情感，对于他们今后应对生活的挑战，表达和体验生活中的喜悦，是第一步，也是非常重要的一步。

本书探讨了一系列孩子们会经历的基本感受，有比较简单的“兴奋”，也有比较复杂的“愤怒”。给情绪贴标签孩子往往从父母身上学到关于情感的问题。

关于情感，你可以教给孩子最重要的内容之一，就是给情绪贴标签，也就是说出它们分别叫什么。这听起来很简单，但它是理解所有情绪的基础。

孩子经历各种情绪，真实地感受这些情绪，但有时他们并不知道这些情绪叫什么。

做孩子的榜样向孩子传授情感问题的另一种方法是做孩子的榜样。

孩子会观察你如何称呼自己的情绪，看你怎样以适当的方式表达自己的情绪，并在紧张时怎样控制自己的情绪。

他们还会观察你如何评论别人的感受。

换句话说，情感问题成为你和孩子交流的一部分。

这就像你一有机会就教孩子字母、数字或者动物名称一样。

读书和交谈《害羞的面条和兴奋的鸡蛋：儿童情感菜单》这本书的使用方法有很多种。

虽然这可能不是一口气就能读完的书，但是孩子们会非常愿意听你花几个晚上给他们读这本书，或者他们自己阅读。

小孩子，甚至大一点的孩子都非常愿意与父母一起读书，亲子阅读常常为孩子和家长提供了绝好的交流机会。

学习管理情绪孩子可能无法理解情绪中的细微差别，管理自己的情绪对他们来说尤其困难。

即使像“开心”这样积极的情绪，如果变得过度，也需要管理。

《害羞的面条和兴奋的鸡蛋：儿童情感菜单》是一本生动诙谐的书，旨在为孩子和家长提供参考。

这本书既可以分段欣赏，也可以在孩子遇到情感困难时为他们提供指导。

本书对如何管理过度的情绪提供了建议，孩子因情感出现行为问题时也可以借鉴本书。

父母是帮助孩子了解和管理情绪的最佳人选。

然而，如果您发现孩子一蹶不振或者他的情绪已经影响到他的日常生活，我们建议您咨询儿童心理专家，以获取进一步的帮助。

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

编辑推荐

<<害羞的面条和兴奋的鸡蛋>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>