

《猜猜我在想什么》

图书基本信息

书名：《猜猜我在想什么》

13位ISBN编号：9787538691383

出版时间：2015-2-1

作者：珍娜凯茵

译者：程静

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《猜猜我在想什么》

内容概要

刚刚还在高兴尖叫，
转眼间就咧嘴哭个不停，
我们的孩子到底怎么了？

3-6岁孩子最容易产生的13种情绪，
孩子们的第一本儿童情绪体验书。

通过生动的情绪词汇，带孩子们亲身体验每一种情绪所带来的具体感受。

宝贝，你怎么了？

“宝贝，你怎么了？”这曾经是很长一段时间里，经常挂在我嘴边的一句话。我有两个女儿，通常她们像天使一样可爱乖巧，但有些时候，一件莫名其妙的小事就会将她们切换到恶魔模式。最让我无奈的是，无论我怎么询问，却总问不出个所以然。

几次三番下来我忽然意识到，孩子们并不是不想告诉我原因，而是她们根本不知道怎么讲“生气”、“伤心”这样反映情绪的词，对孩子来说太抽象也太难懂。我曾希望找到一本专门的情绪词汇书，可结果却让我失望，于是，我决定干脆自己画一本！

从那天开始，两个女儿就成了我的小模特，我将她们情绪爆发时的样子用图画进行描绘，逐渐便有了这本《猜猜我在想什么》。在创作过程中，我逐渐得出了下面这几点心得，希望可以帮你和孩子一起了解并管理好他们的情绪：

- 1.多问“你现在感觉怎么样？”引导孩子有意识地关注自己的情绪，帮他们将各种感受和与情绪有关的词汇联系起来。尤其可以和孩子讨论一下那些相近情绪之间的不同之处，比如伤心和懊恼。
- 2.多问“你为什么会这样？”问问你的孩子，在什么样的情况下会有这些情绪出现，每过一段时间就和孩子总结一次，看看有哪些变化。
- 3.明确“你可以做些什么？”和孩子讨论出一套面对各种情绪时必须遵守的规则，让孩子意识到情绪是需要控制的，比如：生气的时候可以跺脚，但是不可以砸东西。
- 4.“你还能做些什么”和孩子们一起开动脑筋，想一想该怎么处理各种情绪，尤其是怎样赶跑那些坏情绪

《猜猜我在想什么》

精彩短评

- 1、 2017年4月9日天大志愿者郭瑞
- 2、 认识情绪
- 3、 抬头起得太大 看完基本上没什么内容 不知道是给孩子看还是给大人看

《猜猜我在想什么》

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:www.tushu111.com