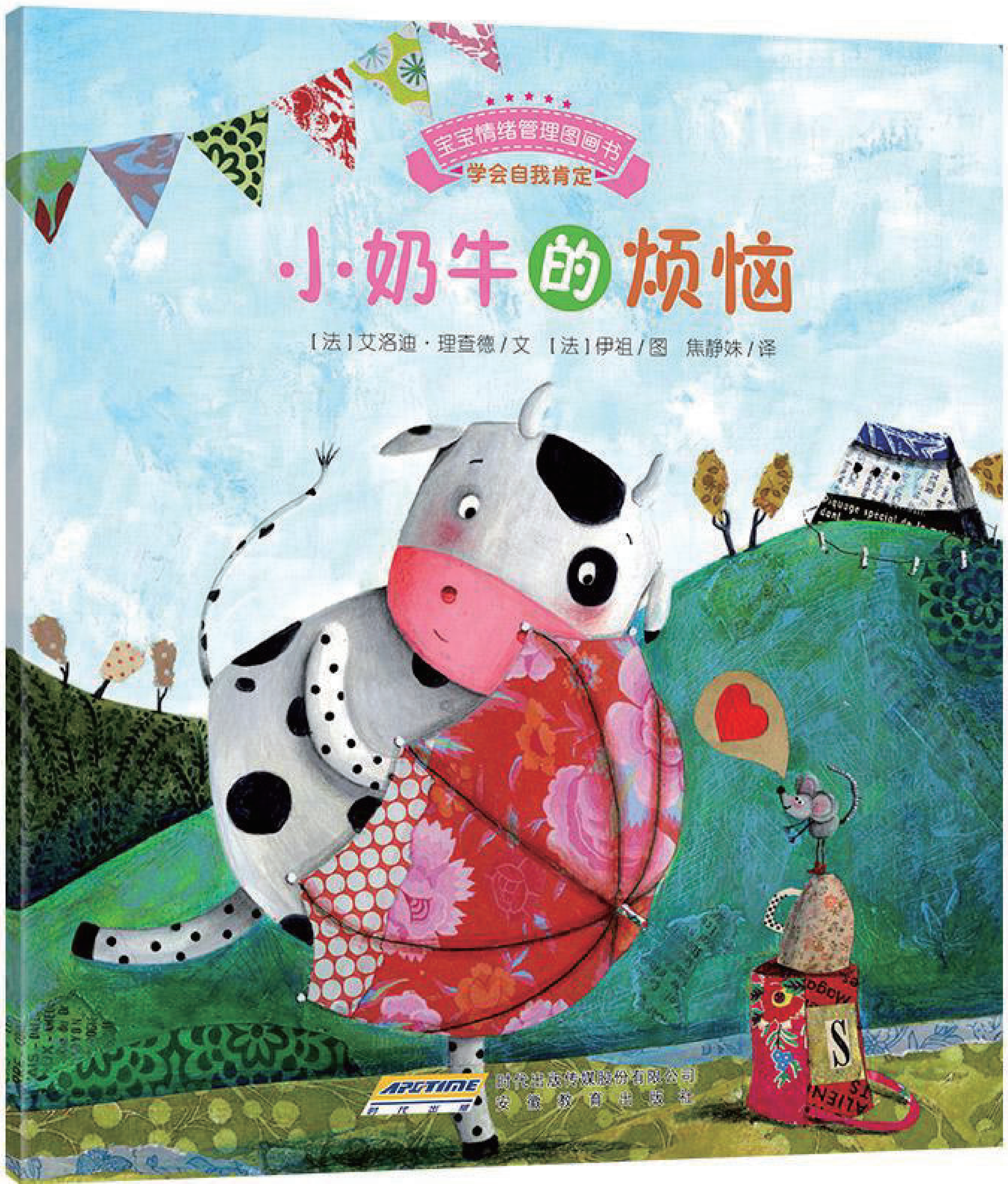


宝宝情绪管理图画书
学会自我肯定

小奶牛的烦恼

[法]艾洛迪·理查德/文 [法]伊祖/图 焦静妹/译



时代文艺传媒股份有限公司
安徽教育出版社

宝宝情绪管理图画书
学会自我肯定

小奶牛的烦恼

[法]艾洛迪·理查德 / 文

[法]伊祖 / 图

焦静姝 / 译



时代出版
ARCTIME

时代出版传媒股份有限公司
安徽教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

小奶牛的烦恼 / (法) 艾洛迪·理查德文 ; (法) 伊祖图 ;
焦静姝译. —合肥 : 安徽教育出版社, 2017
(宝宝情绪管理图画书)

ISBN 978-7-5336-8604-8

I. ①小… II. ①艾… ②伊… ③焦… III. ①儿童故事—图画故事—法国—现代 IV. ①I565.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第157600号

Armande la vache qui n'aimait pas ses taches ! © Editions AUZOU, Paris (France) 2011

著作权合同登记号: 皖图字第121718号

小奶牛的烦恼

XIAO NAINIU DE FANNAO

出版人: 郑可

质量总监: 姚莉

策 划: 阿卡狄亚

责任编辑: 徐鹏

特约编辑: 申利静

装帧设计: 张侨玲

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 安徽教育出版社

地 址: 合肥市经开区繁华大道西路398号 邮编: 230601

网 址: <http://www.ahep.com.cn>

营销电话: (0551) 63683011, 63683013

印 刷: 小森印刷(北京)有限公司

开 本: 889毫米×1194毫米 1/24

印 张: 1.5

字 数: 18.75千字

版 次: 2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

定 价: 13.80元

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与本社营销部联系调换)

出版者的话

古希腊圣哲亚里士多德曾说：“任何人都会生气，这没什么难的，但若适时适所地以适当方式对适当对象恰如其分地生气，可就难上加难了。”我们现在讲的情绪管理指的就是要适时适所地对适当对象恰如其分地表达情绪。

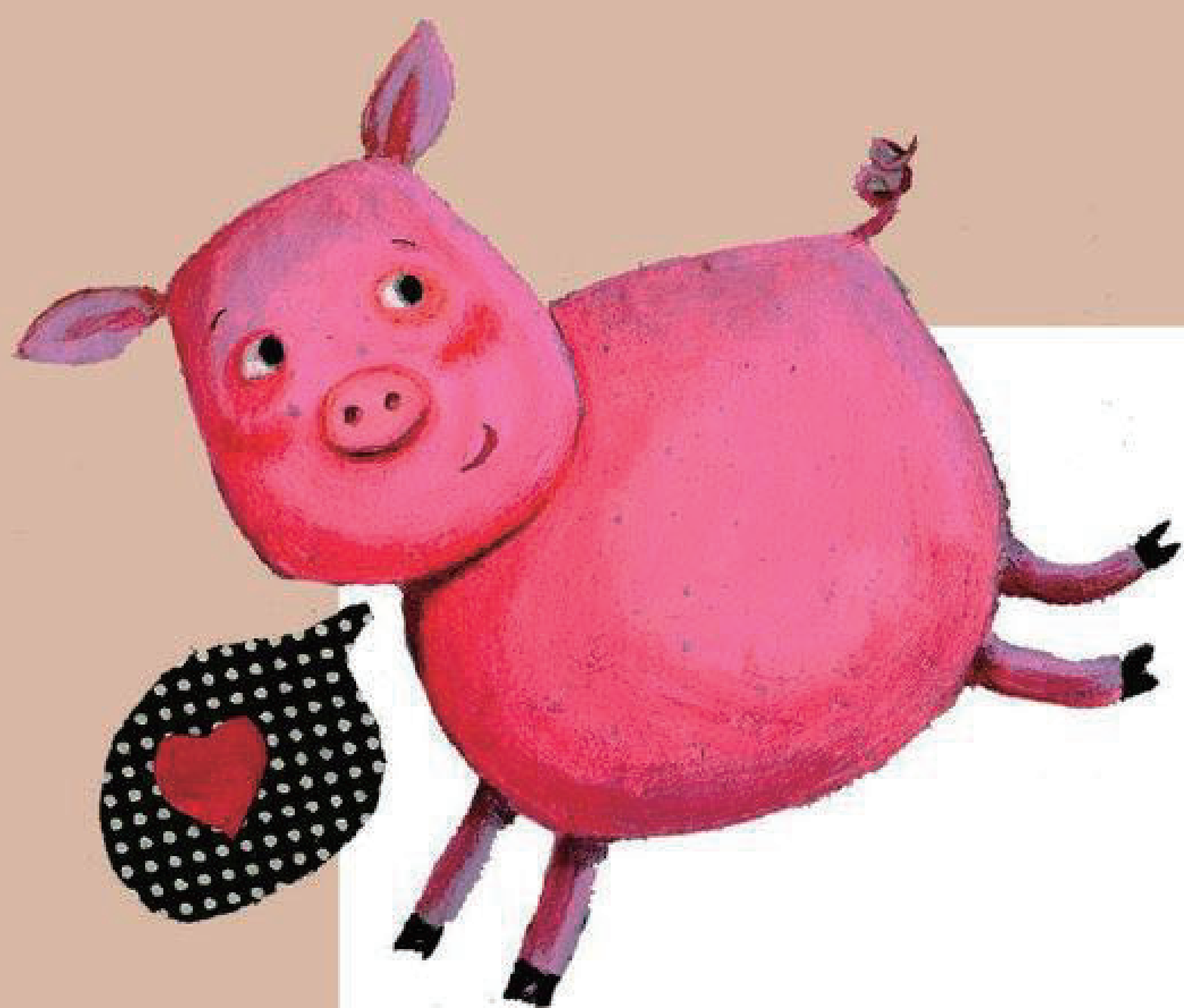
现实生活中，人们越来越多地认识到情绪管理能力的重要性，因为这方面能力出众的人往往在各个领域都游刃有余；相反，此项能力差的人，虽然可能很聪明，但做起事来往往很吃力。

情绪管理能力虽部分得益于先天因素，但归根结底还得靠后天的学习和培养。幼儿时期是情绪管理能力培养的黄金时期。一个人在幼儿时期所获得的情绪经验和习惯会在大脑中形成永久的神经联结，对其身心发展影响很长远。

当前，亲子共读情绪管理类图画书这种情绪管理能力培养方式已被广泛认可。优质的图画书好比幸福的种子，通过父母的声音飞进孩子的耳朵里，植根在孩子的心底，施以阳光、雨露就能生根、发芽。

这套有趣的动物图画故事书温情脉脉，每一本都是有针对性地就孩子的某一种情绪话题展开，描绘孩子的心路历程，揭示其走出情绪困扰并解决问题的过程。每一本书都附有幼教专家精心撰写的导读，可作为家长亲子共读时的参考。

让我们在这套书的陪伴下，去享受一段美妙的亲子阅读之旅吧！



原来，我是最美的

一只叫艾美达的小奶牛平静地生活在一个美丽的农场里，她白色的皮肤上布满了黑色的斑点，产的奶特别香。这样一只可爱的小奶牛，大家都很喜欢。可是，小奶牛自己不这么认为，这只诺曼底小奶牛有个烦恼：她不喜欢自己身上的黑色斑点。她对着好朋友小老鼠诺米叹气，她羡慕隔壁农场的利木赞牛美露西，她像猪一样在泥潭里打滚儿，还让艺术家小猫芭莎在她身上画些美丽的图案。可是，这些举动让农场里的小动物们觉得太荒唐了，大家都觉得小奶牛拥有黑白相间的皮肤多幸运啊！

你猜，艾美达最后改变自己的样子了吗？家长们读到这里，可以问问怀里的宝贝：你觉得艾美达应该改变自己的样子吗？为什么？如果你是艾美达，你会怎么做？

后来，美露西拿出一本大大的书给艾美达看，书里有各种黑白相间的奇妙动物，艾美达被迷住了。原来，世界上还有这么神奇的事情；原来，自己的斑点真的很美！故事的结尾这样写道：“从此以后，艾美达每天都笑嘻嘻的，再也不烦恼了。”读到这里，读者一颗悬着的心终于可以放下来了。艾美达接受了自己的样子，她还是那个白色的皮肤上布满黑色斑点的可爱小奶牛。

每个人都是独特的“我”，要学会正确认识自己，肯定并喜欢自己。只有自我肯定，才能获得源源不断的精神养分。很多时候，孩子会觉得自己没有别人好，觉得自己有些地方比不上别人，然后羡慕别人，希望成为别人，甚至不自觉地去模仿，去跟随。久而久之，他们会逐渐失去自我，变得没有个性。作为父母，应该像那只利木赞母牛一样去帮助孩子正确认识自我：我是有存在价值的，没有必要羡慕他人，只要做好自己就可以了。

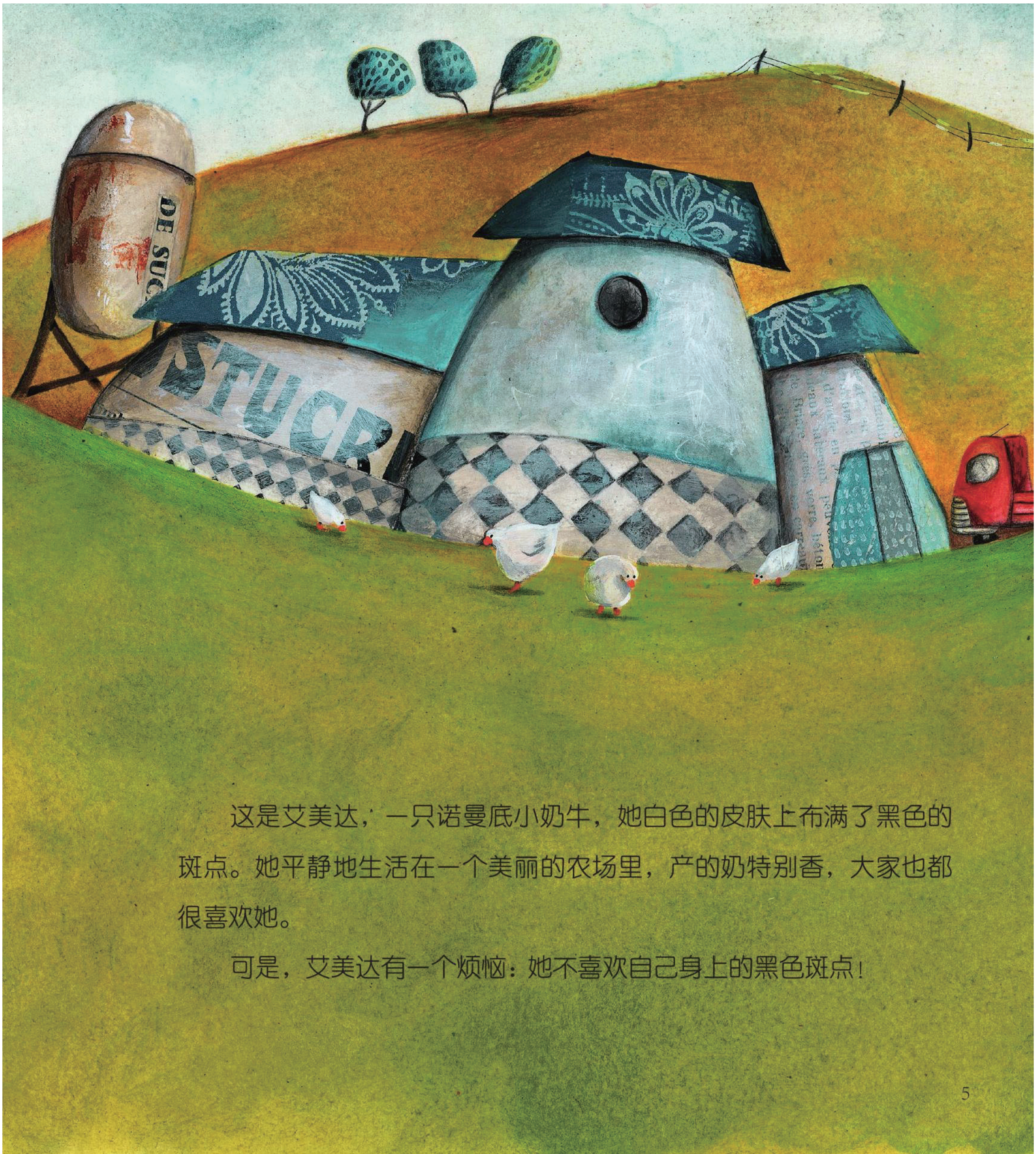
《小奶牛的烦恼》是一本图文俱佳的儿童绘本，通过美丽的图画、生动的文字，表达了一种非常重要的思维：我就是我，我是很棒的。细细品读，还会发现一些有趣的地方，比如：小奶牛和小老鼠身形的对比，剧烈的大小反差带给小朋友强烈的视觉冲击；还有，小奶牛的表情贯穿了整个故事，从开始的皱着眉头到最后的眉开眼笑，形象地表现了艾美达心情的变化。相信这些细节会吸引孩子们去主动观察、理解，从而获得丰富的故事体验。

让我们现在就翻开这本书吧！

（石家庄市第二幼儿园 谷红岩）

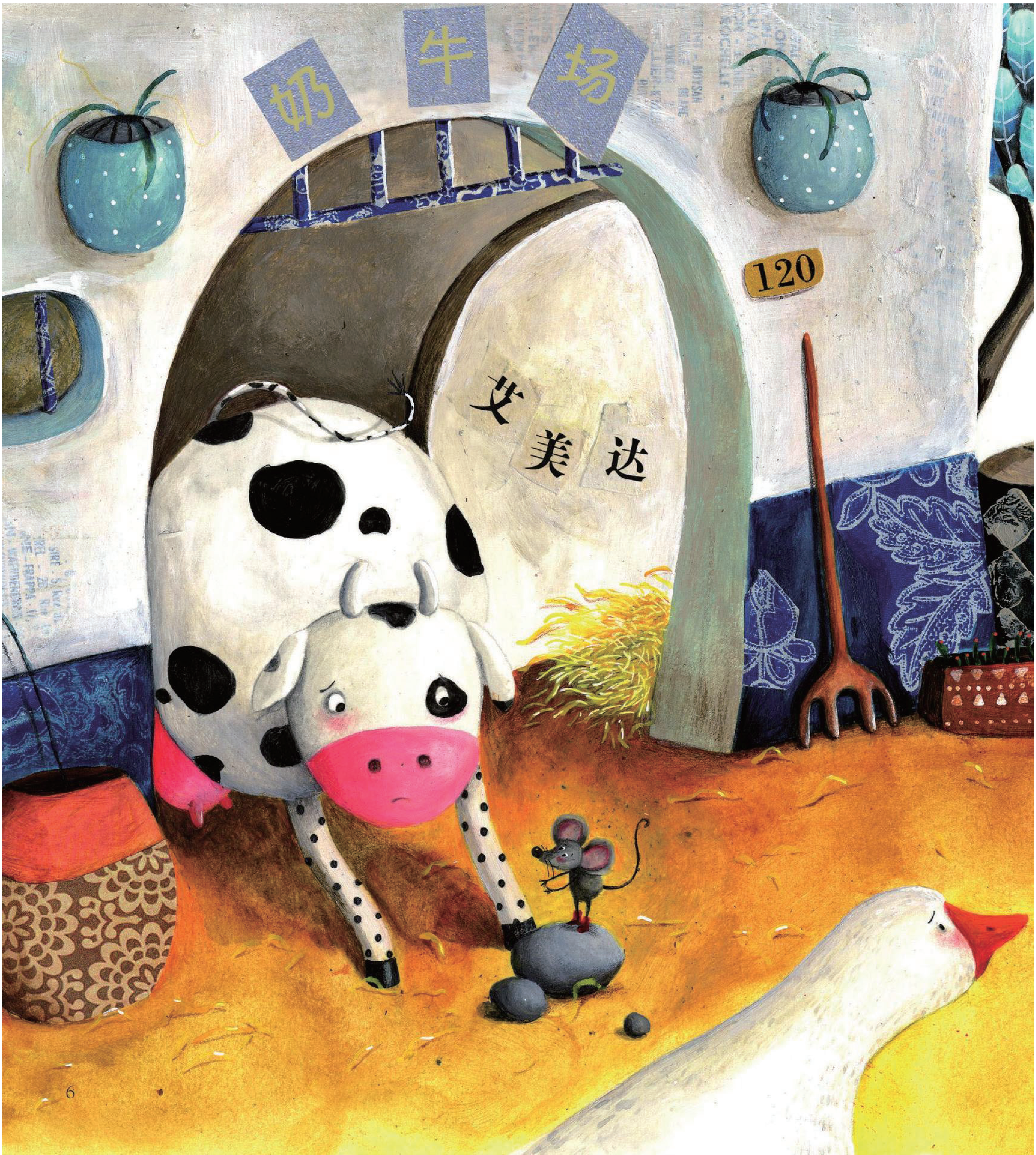


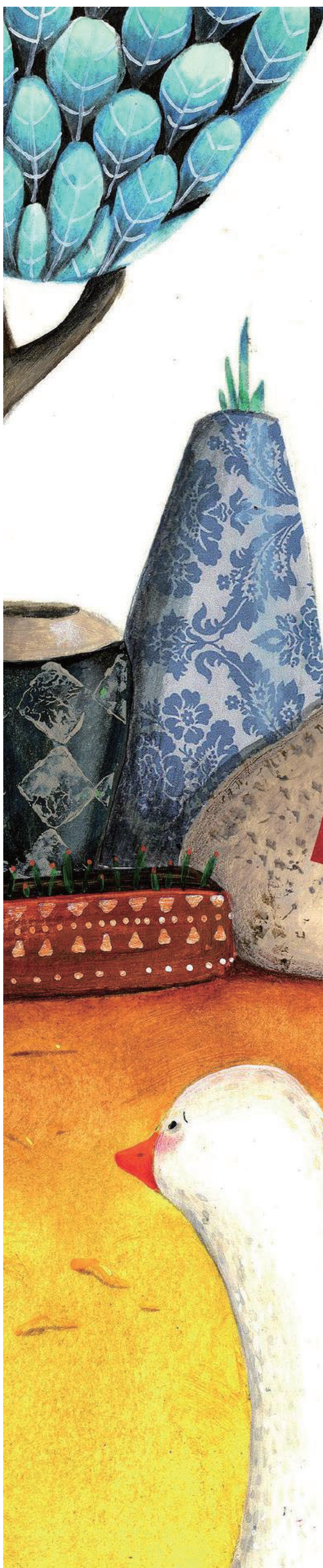




这是艾美达；一只诺曼底小奶牛，她白色的皮肤上布满了黑色的斑点。她平静地生活在一个美丽的农场里，产的奶特别香，大家也都很喜欢她。

可是，艾美达有一个烦恼：她不喜欢自己身上的黑色斑点！





这天早上，像平常一样，小奶牛怯生生地走出奶牛场。她遇到了好朋友小老鼠诺米。

“艾美达，你今天好吗？”小老鼠问她。

“唉，还不是和平时一样。我长了一身的黑斑，可我一点儿也不喜欢！美露西真幸运，她身上就没有斑点，她长得多漂亮啊！”小奶牛叹了口气说。

美露西是隔壁农场的利木赞牛。她的皮肤是漂亮的深棕色，而且没有斑点！

小老鼠诺米看到她的朋友不开心，自己也高兴不起来。她想尽办法，想让小奶牛改变想法。可是没有用，艾美达怎么也开心不起来。她慢慢地朝牧场走去。

现在，连诺米也开始难过了。





突然，艾美达开始在泥潭里打滚儿。那场面可壮观啦！

小猪埃德蒙问她：“艾美达，你这是怎么了？你疯了吗？”

艾美达浑身沾满了泥巴，回答道：“我不喜欢我的黑斑，可我浑身上下到处都是。美露西的皮肤就只有一种颜色，多漂亮啊！”









“我们猪才在泥潭里打滚儿呢，你可是奶牛啊！”小猪埃德蒙提醒她。

“你现在看上去和美露西一样，皮肤是棕色的……但是泥巴滴得到处都是，多恶心啊！”小兔子奥古斯丁插嘴说。

“你的奶头上全是泥巴，牛奶会变成什么味儿啊？”小绵羊让诺补充道。
艾美达只好又一次难过地走开了。





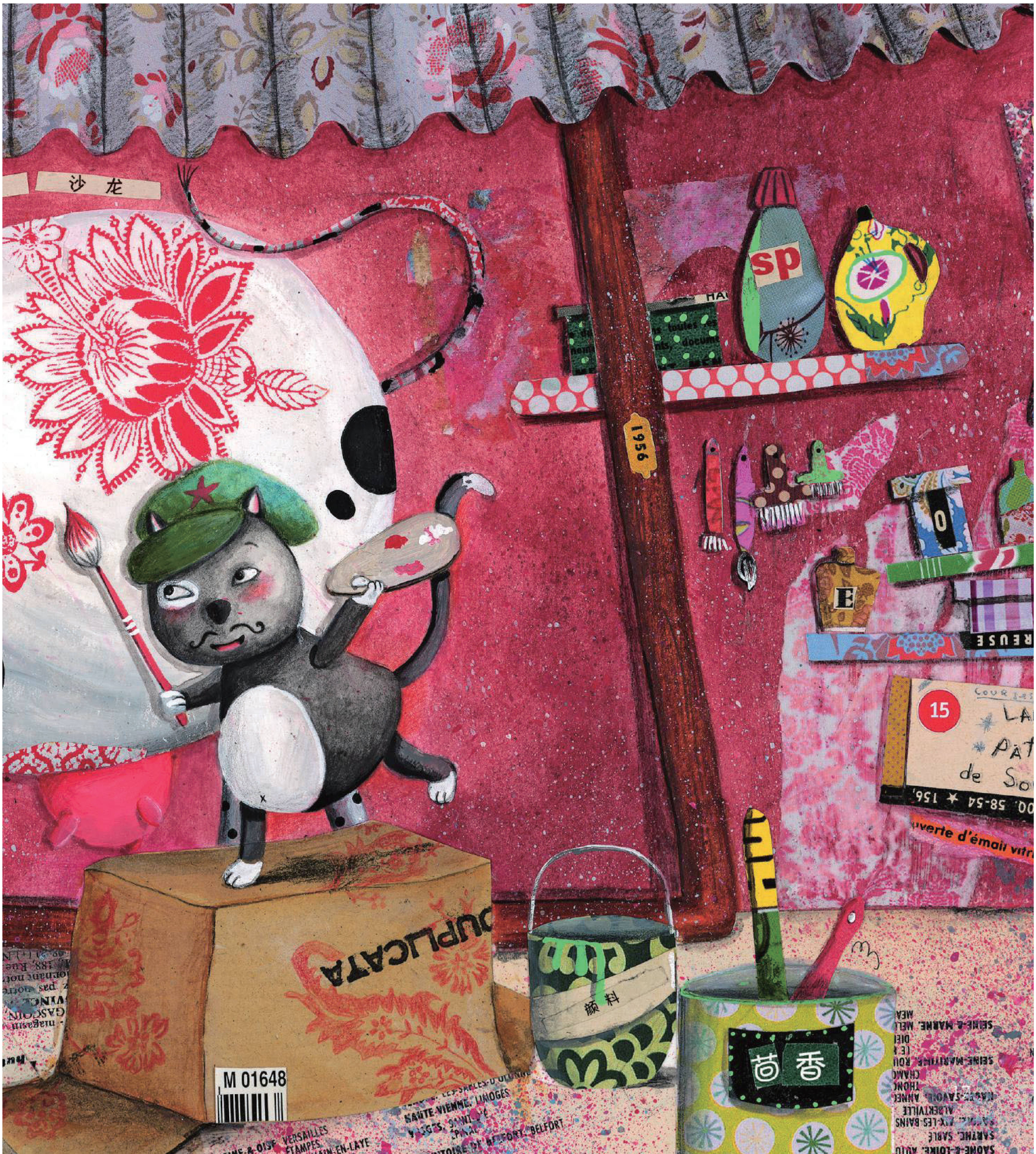
路上，艾美达遇到了小猫芭莎。芭莎是个艺术家，整天只知道做白日梦。可一旦他拿起画笔来，总能画出奇妙无比的图画。农场里的小动物们都认识他。

艾美达突然想到一个主意！

“芭莎，你能不能帮我个忙呀？”她问道，“我想让你把我变漂亮，你能不能在我身上画些美丽的图案？求求你啦！”

芭莎觉得这个主意妙极了，他拿出了自己的画笔。





沙龙

1956

15

DUPPLICATA

M 01648

顔料

茴香

SAONE-LOIRE: AJU
SARTHE: SABLE
SAINT-LES-BAINS
MAGNY: ANNE
MAGNY: ANNE
SEINE-MARITIME: ROU
SEINE-MARITIME: MEL
SEINE-ET-MARNE: MEL

SAINT-VIENNE, LINGOGES
MAGNY, SAINT-LE
EPINAL
SAINTOIRE DE BELFORT

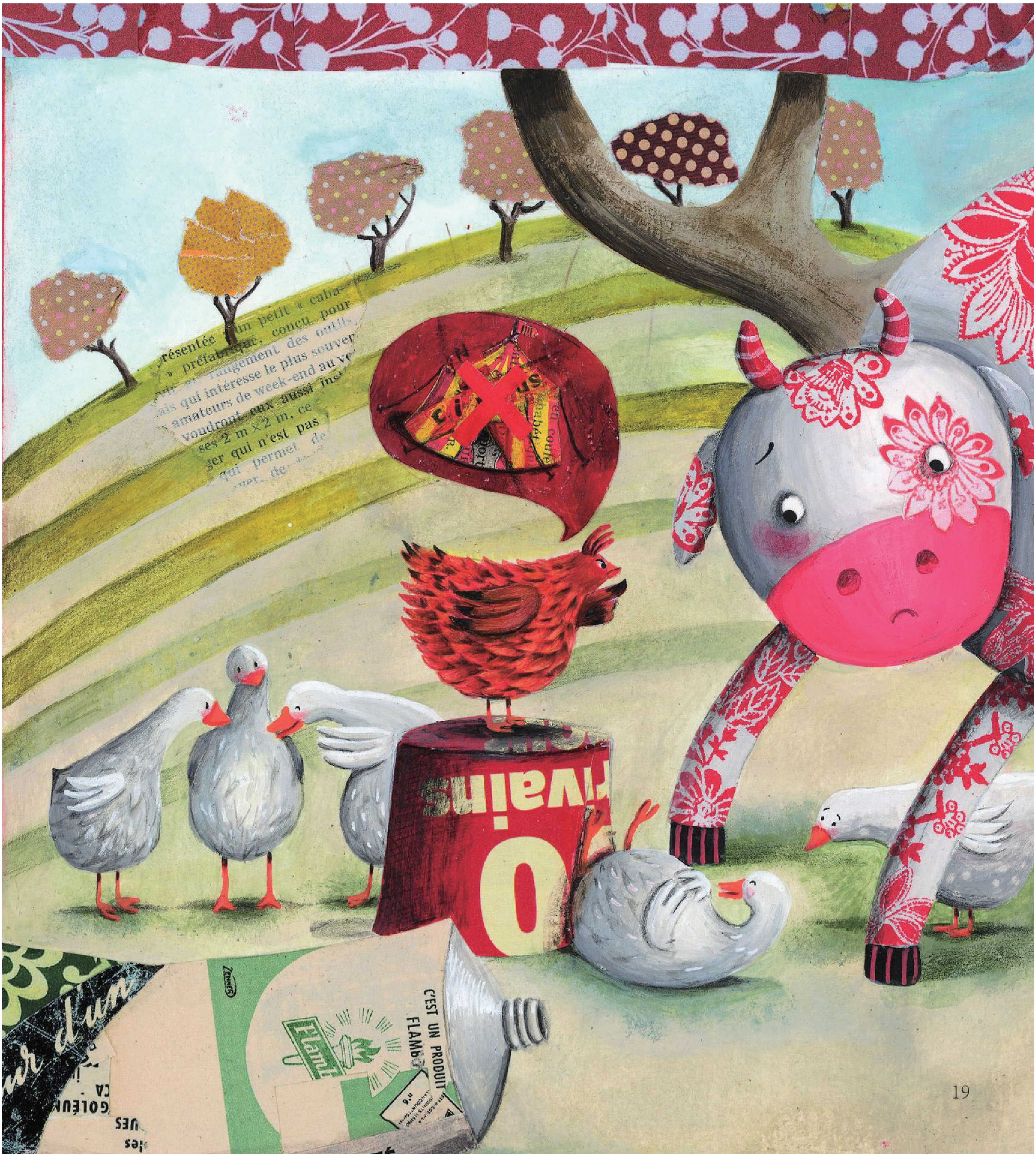
VERSAILLES
ETAMPES
EN-LAYE

就在这时，农场里的小动物们又开始叽叽喳喳起来，他们觉得这个想法太荒唐了！

“一只涂满颜料的奶牛！这太疯狂了！”鹅嚷嚷道。

“我们又不是在马戏团！这是在农场，还是得注意形象！”
母鸡玛丽·拉乌尔说。







“艾美达，你的斑点很漂亮，不需要再添加其他装饰了呀！”小猪埃德蒙坚持道。

“但我是黑白的，一点儿彩色也没有，太单调了！”艾美达反驳道。

小绵羊让诺和小兔子奥古斯丁试着和她讲道理：

“那这么说，我们也有理由抱怨了！你看！我是纯黑色的！”让诺说。

“而我是纯白色的！”奥古斯丁说。

然后，他们异口同声地说：

“你是黑白相间的，多幸运啊！”




艺术

L'EAU S
à la campa

PONT-AU





突然，小老鼠诺米气喘吁吁地跑了过来。
一整天，她都在帮艾美达寻找解决问题的办法。
“艾美达，快来，我知道谁能帮你了！”



诺米把艾美达带到隔壁的牧场，去见美露西，那只利木赞母牛。

“艾美达，你好呀，诺米跟我说你很苦恼。我想给你看样东西，看过之后，你就不会讨厌你的斑点啦，我敢保证！”美露西说。



勒布朗牧场

si
d
ele
egim
teu

176



熊

猫

因为最强，所以最快!

有大个儿的

有小个儿的

有胖的，有瘦的

有的个子小，腿却很长

还有的个子大

头更大

还有很多其他的……



M. F. FRÈRES
Imprimeurs
Lyonne. 7



b ↑
膝盖



身体灵活



美露西拿出一本大大的书，说：

“你看！世界上有很多很多奇妙的动物都是黑白相间的，像斑点狗啦，斑马啦，熊猫啦，还有狐猴！”

艾美达被眼前神奇的发现迷住了！

美露西接着说：

“你知道吗？世界上最美的动物都是长斑点的。你真是太幸运了！

我都想有斑点呢！

你看长颈鹿，多让人羡慕啊！还有猎豹、美洲豹、花豹和猢猻！

他们都长着漂亮的斑点！”



美 洲 豹

艾美达由衷地感谢美露西，她让自己发现世界上还有这么神奇的事情。
艾美达开始重新看待自己身上的斑点了！或许，她真的像大家说的那样，
本来就很美呢？

这一次，她愉快地回到了自己的牧场。







从此以后，艾美达每天都笑嘻嘻的，再也不烦恼了。

“我很喜欢自己现在的样子，我愿意和朋友们一起，享受生活！”

