

<<我不再生气>>

图书基本信息

书名：<<我不再生气>>

13位ISBN编号：9787534648847

10位ISBN编号：753464884X

出版时间：2010-1

出版时间：江苏少儿

作者：申贤英|译者:安金连|绘画:崔宰燾

页数：128

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>

## <<我不再生气>>

### 内容概要

处于成长阶段的孩子们需要处理学习问题，需要交朋友、在学校里度过集体生活。尤其是随着身体的成长，心理也要不断地成熟，在这个过程中，他们常常会碰到许多烦恼，各种不同的情绪、情感上的困惑。

如果得不到及时的沟通或宣泄，就难免陷入困境。

《儿童心灵成长自助宝典》这套书选取了孩子们最容易遇到的10个情绪问题，用故事的形式打动孩子，帮助他们冷静面对自己遇到的问题，解除困惑、更加健康地成长，是成长期儿童不可多得的心灵鸡汤。

本书为该丛书中的一本。

全书通过生动有趣的故事，让孩子们自己领会故事主旨。

通过故事后面的思考题，引导孩子们自己思考问题。

通过“心心博士的悄悄话”，来帮助孩子们分析和梳理摆脱苦恼的方法。

通过“心心博士的一点通教室”中非常有趣的测试题，了解孩子们的情绪状态，测试读书的成果。

## <<我不再生气>>

### 书籍目录

卖油的老人——为什么会生气呢任性的王子——谁都会碰上生气的事赶走小鬼的老婆——习惯性地发火会带来什么后果呢不孝子尽孝道——学会与人交谈天天发火的丈夫——换个立场想一想马夫之罪——培养一颗宽容的心老鹰和小田鼠——发火之前先考虑一下生闷气的灰姑娘——一定要解气卖盐人的女儿——怎样巧妙地发火斗鸡——成为能控制火气的人傻瓜笑呵呵——笑一笑，福来到附录心心博士的一点通教室

## &lt;&lt;我不再生气&gt;&gt;

## 章节摘录

宋朝的时候，有个叫陈尧咨的大将，他出了名的会射箭。人们纷纷称赞他射箭的本领。

“这世上再也找不出第二个人比陈尧咨更会射箭了。”

“说得对啊，只要陈尧咨想射，不管是天上飞的鸟，还是数十步外的杏子，都逃不过他的箭。”

“那是当然了，陈尧咨射箭的本事绝对是数第一的！”

所有人都称赞陈尧咨，陈尧咨自己也骄傲地想：“这世上恐怕没人比我更会射箭了。”

虽然陈尧咨的射箭本领已经是第一了，但陈尧咨从不偷懒，每天都坚持花几个小时练习，锻炼自己的箭艺。

有一天，陈尧咨像往常一样在门前空地上练箭，练了几个小时都是百发百中，额头上满是汗水。这时刚好有个卖油的老人经过，他停下脚步看起了陈尧咨射箭。

看了好一会儿，老人一句称赞的话都没有说，只是在箭射中靶心时微微点头。

陈尧咨有些生气。

“哎，难道你不认为我的箭法很高明吗？”

怎么一句话都不说呢？”

陈尧咨停了下来，不满地问道：“喂，我的箭法怎么样？”

难道不高明吗？”

老人慢悠悠地回答道：“我觉得您箭射得好是因为您练得多，熟能生巧罢了。”

好像也不能算是特别了不起的事。”

陈尧咨脸气得通红。

“什么？”

竟敢小看我这射箭的本领！”

你眼睛没问题吧？”

看见我百发百中还能说出这样的话！”

陈尧咨大发了一通火后，老人笑了起来。

“呵呵，这话真的让您这么生气吗？”

卖油老人翻了两下行李，拿出一个瓶口细长的酒瓶。

陈尧咨不满地问：“你想干什么？”

“我想给您看看我练熟的本领。”

您能拿枚铜钱来吗？”

陈尧咨翻了翻口袋，掏出一枚铜钱递了过去，铜钱中间有一个很小的方孔。

老人将铜钱放在瓶口上，然后用勺子舀了油，慢慢往瓶里倒。

那油像一条细丝一样，通过铜钱上的细孔流进了瓶子里，竟然一点也没有粘到铜钱上。

陈尧咨看得目瞪口呆：“你是怎么办的？”

卖油老人笑着说：“这很简单，就像您射箭一样，我也是熟能生巧。”

“哈哈，你说得对！”

陈尧咨这才明白老人所说的话，随即消了气。

心平气和的悄悄话 为什么会生气呢 卖油老人既没有说陈尧咨坏话也没有取笑他，只是因为卖油老人没有称赞陈尧咨的射箭本领，陈尧咨便生气了。

“生气”的“气”是指什么呢？”

我们又为什么会生气呢？”

当我们碰见不顺心的事时；当妈妈总拿我们和朋友做比较时；当弟弟妹妹们随便动自己的东西时，想一想我们会怎么样呢？”

我们自然会心里难受，脸发烫，还呼哧呼哧喘粗气。

这时候心底冒上来的一团火就是“生气”的“气”。

有时候因为误会或是错觉会生气；有时候想要把害怕、丢脸、害羞的感觉藏起来，也可能会生气。

## <<我不再生气>>

虽然生气令人难受，但这并不是一种不好的情绪。

“生气”是谁都会有的很自然的情绪。

所以生气时请不要一味地忍着。

一直忍着，“气”积在心里，很可能有一天会突然爆发出来。

但我们也不能随便乱发脾气，那样只会把身边的人都吓跑。

如果想要表达自己心中的“气”，应该先问问自己是哪里不对，为什么别人会对自己说那样的话，要仔细想想自己为什么会生气。

## <<我不再生气>>

### 媒体关注与评论

每个孩子都具有自我成长的潜能，孩子只有在自我教育中才能更好地自我发展！

爱孩子就给孩子们自我成长、自我发展的机会吧，让书中富有哲理的故事陪伴孩子思考，陪伴孩子炊笑，陪伴孩子成长。

孙宏艳（中国青少年研究中心少儿研究所所长、少儿家庭教育专家）

## <<我不再生气>>

### 编辑推荐

为什么有的人总是气呼呼的呢？  
因为受到了伤害，或者是觉得事事不如意。  
有时候为了掩饰害羞或者恐惧，也会莫名其妙地生气，就像这本书中的主人公一样。  
你也会很生气的时候吧？  
每当这时候，首先要劝自己冷静，不要急于发火，然后找一找让你生气的原因。  
假如是因为自己的烦躁，那就要自我检讨和疏导；假如是因为别人的误会，那就要及时地沟通化解。  
读完这本书，相信你会学到排解愤怒的方法。

<<我不再生气>>

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>