

儿童情绪管理与性格培养绘本-1-2-3我不生气:让情绪不再失控（精装） [3-6岁]



[儿童情绪管理与性格培养绘本-1-2-3我不生气:让情绪不再失控（精装）
\[3-6岁\] 下载链接1](#)

著者:科林·A.派特森 (Colleen A.Patterson) 著, 布兰达·S.迈尔斯 (Brenda S.Miles) 编, [英] 克莱尔·凯伊 (Claire Keay) 绘

[儿童情绪管理与性格培养绘本-1-2-3我不生气:让情绪不再失控（精装）
\[3-6岁\] 下载链接1](#)

标签

评论

书很好洗完小朋友喜欢并学会唱这首歌帮助自己！

【京东读书月今日开启 4.9】

童书9点开始每满200-100，还有数十万书每满100-30。先把能领的券都领了吧

京东搞活动，又跟着海桐买了好多好多书。读绘本，已经成了孩子每天的必须项目啦，希望喜欢这本，看着画风应该会喜欢

买给孩子看看，让她学会控制自己的情绪。值得一读。

在京东购物已经成为一种习惯，比实体店方便实惠，京东的服务也是很到位，不过建议书还是用纸箱运输，要不长途辗转，书很容易磨损，对于爱书的人，还是很心疼的！

微博绘本达人推荐的.自己就在423过来买了.今年优惠力度一般.书内容很好.物流很快.包装结实.孩子很喜欢.

让自己平静下来的方法不错，但感觉怎么有点让孩子发展的什么都没有脾气的人，还是觉得该有自己的脾气性格

这次是京东买书那么久等待最久的一次，但书还是不错，书单都是精心挑选过的，希望宝宝喜爱

包装简单，书是朋友推荐的，内容不错。物流速度快，快递员服务态度超级好，以后会继续买买买。屯屯屯。。。

喜欢这本书，孩子已经会这首歌了，遇到生气的时候孩子会自动唱起来

一下子买了很多书，都很棒。要是能抢到那减100的券就更好了，只要有活动我就买买买。书永远不嫌多！

书的质量很好，故事也吸引孩子，希望能起到好的作用！书的质量很好，故事也吸引孩子，希望能起到好的作用！

质量很好，囤书，还没开始读，慢慢一本本拿出来给孩子读。

挺好的情绪管理绘本，给同事买书的凑单。应该还不错

纸质很好，没什么味道，孩子3岁喜欢听，喜欢说，京东快递师傅服务非常好！

同事买了3本同类型的书，读过一遍后儿子就不看了

希望娃能好好度过这个情商培养阶段！学习控制自己的脾气！自己也要少生气！

很好看的一本书 家里孩子很爱看 非常不错哦

孩子最近生气的发泄方式就是扔东西 所以买了一系列这样的书

京东商城买书已经很多次了，质量杠杠的

用券便宜，，质量好是正版

凑齐了一套，慢慢给孩子看，好东西值得分享

内容和质量都非常棒的一本书！

此用户未填写评价内容

一直在京东自营买给宝宝的书和玩具，质量好是正品，买的放心用的放心。非常好。长期回购中~~~~。而且有活动的时候还跟划算！

书质量很不错，小朋友特别喜欢看，硬纸板大开本，比较不容易坏。。很好，特别特别喜欢在京东买书。家里已经两书架。块有千本了吧。

孩子生气了，或者哄，或者吼，都不管用:(
这个绘本很实用，里面有首歌谣教孩子，我讲了几遍，后来我家孩子都会背了，真的不错哦，我就不透露啦，要需要的妈妈们快点下手吧！值得拥有

买给小宝看的，希望宝宝爱上阅读.一直在京东购买，品类齐全，快递速度快，质量有保证。

以前都是忘记评价的，今天发现这样会损失不少京豆。凡是我回复这段评论，证明商品还不错。

儿子不到两岁，适合亲子共读，小朋友自己也喜欢翻，还不错。

还没开始看，先散散味道，一样对情绪管理有帮助，搞活动挺优惠的

图画很温馨，颜色也很柔和，汉子很少，图画便于孩子理解，很好

看了一边，已经记住不生气的口诀了，买的值了

囤货中，可以吧可以吧

一直没来得及评论，书看着不错，孩子很喜欢

很好的书，给宝宝屯着慢慢看

就是大品牌，如果价格再优就更有竞争力。

不哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

速度快，宝贝很喜欢，天天晚上讲

希望孩子能学会控制自己的情绪

搞活动的时候入的，很划算

儿子很喜欢，很好看的书，活动价，划算，以后会继续买，买买买。

很好不错，很喜欢。相信京东。

东西很好家里的书都是在京东买的希望多多活动

评价有京豆送，所以千万不要忘记评价啊！我现在就怕忘记评价！

趁活动价 买了一堆书 还没有都打开看

物美价廉，使用效果还是非常不错的？

挺好，不错，价格便宜，送货快，还会购买！

简单易理解，读起来也很轻松，娃很喜欢！看了一遍又一遍……

信赖京东品质，货真价实，物美价廉。

活动很便宜，挺值的，服务态度很好

不错信任自营发货快。！！！！

一般，孩子不是很喜欢。图片倒是不错，纸张也不错。

娃还挺喜欢这本，可以跟着做动作

小孩子的书，比较喜欢看书的

娃相信京东正。品娃喜欢看，谢谢

情绪管理性格培养，对于爱哭的孩子来说，管理很重要

京东送货上门，服务态度好一点！

我家的好生气所以给他买的

不错的书，值得拥有，京东送货快

书很赞哟，小朋友很喜欢，正版的，支持京东！

精挑细选，活动时候最合适。

非常好，实惠，希望以后也要多多搞活动

情绪管理的好绘本 孩子很喜欢

东西还不错，送货速度快！

《1-2-3我不生气》介绍了一首简单的歌谣，用于帮助孩子们克制瞬时反应，并代之以更恰当的行为方式。这首歌谣以放松和正念的心理学原则为基础，适于在任何地点、任何时间唱诵。本书包含“写给父母和老师的话”，以及关于如何同孩子一起完成歌谣各个步骤的具体建议。

书很不错，晚上准备给孩子一起读。

京东买东西就是图个方便。

很不错，价格划算

， ， ， ， ， ， ，

挺好是真的喜欢上的哦

超级有名的一套书，写的还是很不错的，针对很多儿童情绪和安全话题，儿童性格培养在幼儿成长中是最重要的，多跟孩子读这个系列的书，可以解决孩子在成长过程中发现的一切性格问题。高质量印刷的绘本，开本很大，是硬纸皮本、图文并茂、颜色鲜艳，

小孩喜欢看，很适合亲子阅读。油墨味不重没有刺鼻气味。好好！

从1岁开始就陪伴孩子阅读绘本，给孩子买了好多绘本，这类情绪管理的绘本也买了不少，这本是非常有意思的，孩子读完就会用了，好记简单，很实用。书里还有写给我们家长看的文章，美国心理学家写的，跟之前看到的文章不一样，这个文章很具体很详细指导家长平时该跟孩子怎么做示范，如何引导孩子。学习了，正好给自己补充心理学营养。

你大概经常会遇到孩子情绪失控。孩子情绪不好时，父母、老师等成年人难免会有些灰心。而如果不能获得适当的帮助，孩子在沮丧、被挑衅或失望的情绪下可能会拳打脚踢或撕咬哭喊。这时候，我们一般会要求孩子停止发脾气。每个人都会不开心或不愉快，但如果发生上述行为，那就需要改变了。所谓成长，就意味着要学会控制不良情绪，让自己更愉快。《儿童情绪管理与性格培养绘本--1-2-3我不生气》就是一首简单的歌谣，旨在帮助孩子处理情绪失控的情况。这首歌谣是根据心理学关于放松（让身体释放压力）和正念（对此时此刻体验的专注和觉察，在行动前三思）的原则编写而成的。在你的孩子情绪平和、注意力集中时，教给他这个方法，这样，当他心绪不宁时，就会很容易地想起这首歌谣和相关的动作。《儿童情绪管理与性格培养绘本--1-2-3我不生气》的作者科林·A.派特森是一名心理学研究者，她在医院和学校的工作使她有机会接触各个年龄段的孩子。从父母那里，她学会了遇到困难和挑战时保持冷静，并一直对此心怀感激。她信奉终生学习的理念，也不断尝试新的方法以保持体内与体外的平衡。

书的质量很好，孩子很喜欢。

[儿童情绪管理与性格培养绘本-1-2-3我不生气:让情绪不再失控（精装）
\[3-6岁\]_下载链接1](#)

书评

[儿童情绪管理与性格培养绘本-1-2-3我不生气:让情绪不再失控（精装）
\[3-6岁\]_下载链接1](#)