

【繪本共讀】 社工繪本推介 讓孩子學自理控制情緒 擺脫電子奶嘴

撰文： 陳樂希

發佈日期： 2017-04-20 13:00

最後更新日期： 2017-04-20 16:37

- 品格教育的繪本花多眼亂，父母不知從何入手揀選，哪本又比較適合自己的小朋友？
- 大埔浸信會社會服務處社會服務協調主任吳健文，推介以下多本處理小朋友不同情緒和行為的繪本，父母可以從中選擇幾本，趁本周日（23日）的「世界閱讀日」，跟孩子一起展開親子共讀之旅。
- 攝影：陳嘉元





1. 自理能力：《衝衝衝超人》

此書用幽默的方式與小朋友討論「衝衝衝」與「準備好」的優缺點，幫助孩子改掉拖拖拉拉的習慣，家長又可掌握到管教技巧。面對小朋友的偏差行為，父母可跟他們訂立自然後果和訂定後果。例如小朋友賴床，父母可任由他遲到一次，在校受罰，製造自然後果，讓他明白行為會帶來的影響。之後家長可以以一個陪他一起解決問題的角色，跟小朋友商量下一個早上要如何避免遲到。另外，父母又可因應子女不當行為而訂定的後果。例如小朋友答應了起床但做不到，可取消原本周末編排了的玩樂活動。

作者、繪者：秋山匡

譯者：鄧吉兒

出版社：小熊出版社

出版日：2013/12/05

ISBN：978-986-5863-17-3

2. 情緒管理：《不是我，是小怪獸！》

有時候小朋友的問題行為，並非出自本意，只是他不知道如何適當地表達。此書以一隻「小怪獸」比作小朋友的情緒，主角露西因情緒而搗蛋時說：「不是我，是小怪獸。」。露西又藉畫畫將情緒具體擬人化，如同《腦筋急轉彎》的五個情感角色，父母可跟子女以旁觀角度討論，一起思考當小朋友遇到小怪獸時，如何站在同一陣線一起面對和處理。本書最大亮點是，露西最後發現每個同學和她一樣，都有一隻小怪獸，表達小朋友有情緒是很正常的，因為事實上每個人都有喜怒哀樂情緒。只要用同理心去理解小朋友，敞開心胸接納，每個人都可以找到和小怪獸的和平相處之道。



作者： 西恩法洛 （ Sean Ferrell ）
譯者：何儀
繪者：查理斯聖多索 （ Charles Santoso ）
出版社：格林文化
出版日期：2016/11/26
ISBN：978-986-1897-43-1

3. 訓練觀察力：《12 個人一天的生活》

這本書字少圖多，作者以圖來說故事，讀者有很大的自由度去解讀故事。書中每頁的上半部是小鎮上 12 位主角的生活作息，而下半部則是小鎮上的街景，每個地方都隱藏着不同有趣的事，比如屋頂上的貓偷了條魚、警察在黑暗中追着小偷等等。12 位主角的生活作息各有不同、彼此獨立，但有時也會發生意想不到的交集。這書以圖為主，訓練小朋友觀察力，他們看着一張張的圖，可以說出許多的故事。不但可以觀察到不同職業的人的生活，也可以觀察到大家在社區中的互動，父母最後可將故事連接到自己的社區，讓小朋友多觀察自己身處的環境。



作者、繪者： 杉田比呂美
譯者：米雅
出版社：上誼文化公司

出版日期：2016/01/01

ISBN：978-957-7625-80-9



4. 棄做低頭族：《哈囉！哈囉！》

故事講述主角莉迪亞的家人，只顧着使用手上的電子產品，沒有理會她。而莉迪亞無意中因一塊樹葉，決定擺脫科技世界的束縛，奔向大自然的懷抱。她到處聆聽動物們的各種聲音(文中用各種字體代表)，十分陶醉；直到手機鈴聲響起，大自然靜默了，她跑回現實的家。回家時，莉迪亞以小花小草和家人的電子產品交換，邀請他們放下電子產品，一起走進大自然，享受外面美好的世界。



作者、繪者：馬修·柯爾諳（Matthew Cordell）
 譯者：麥維
 出版社：維京
 出版日期：2016/03/01
 ISBN：978-986-4400-43-0



●
●
●

● 相關文章

● [【共讀家庭】以繪本代入說道理 媽媽：沒有不懂說故事的父母](#)

● [【繪本共讀】講故事唔知點入手？ 社工教你 7 大繪本共讀技巧](#)

● [You are what you eat？專家教你八種「以形補形」食物](#)

● [饑饉一家人「空肚」助貧童 媽媽：不要少看孩子捱餓助人的能力](#)

5. 戒掉電子奶嘴：《山吸童：摩登洞穴男孩》

故事講述連遠古的野蠻時代都遭到科技淪陷，故事中的「山吸童」跟現代人一樣，整天和手機、平板作伴，不僅爸媽拿他沒辦法，朋友的來訪也無法吸引他走出洞穴。直到火山爆發，山吸童被震出洞穴，墜落在草地上，他呼吸到新鮮空氣、曬着溫暖陽光、看見花草樹木及恐龍，終於將電子玩具拋諸腦後，奔向美麗世界。這故事可讓小朋友理解，真實世界有許多關心自己的家人朋友，也有許多值得去探索的有趣事物。又可引導小朋友思考自己是否過度沉迷於電子世界，忽略了更為重要的事情，並啟發他們睜開眼睛、探索世界。



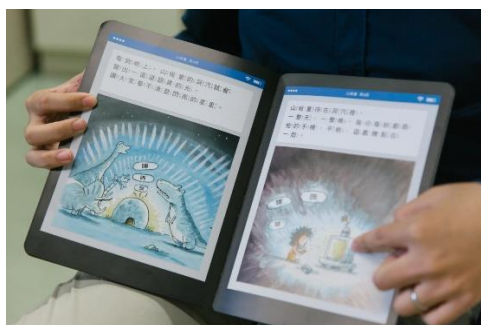
作者、繪者：麥當諾（Patrick McDonnell）

譯者：李咨誼

出版社：格林文化

出版日期：2016/12/26

ISBN：978-986-189-745-5





(資料圖片)

6. 全面分析欺凌問題：《終結霸凌系列》

這系列的作者小時候曾經受到欺凌，非常清楚那種感受。她撰寫了《其實，我不想霸凌別人！》、《我被霸凌了，怎麼辦？》及《遇見霸凌，我要裝作沒看見嗎？》三本繪本，分別以欺凌者、被欺凌者及旁觀者 3 個角度談論這個問題。小朋友可以代入 3 個不同的角色，從不同角度認識欺凌事件，並以同理心了解每個角色背後的故事。本系列書另外提供 [終結霸凌領導者指導手冊](#) 予老師及家長，讀者可自行下載使用，跟小朋友更深入探討欺凌問題。



作者：艾琳·法蘭科 (Erin Frankel)

譯者：孔繁璐

繪者：寶拉·希菲

出版社：大穎文化

出版日期：2014/06/12

ISBN：

《其實，我不想霸凌別人！》978-986-5925-43-7

《我被霸凌了，怎麼辦？》 978-986-5925-42-0

《遇見霸凌，我要裝作沒看見嗎？》 978-986-5925-44-4

