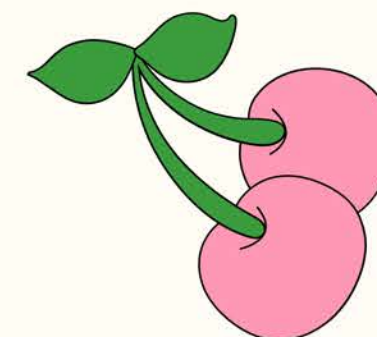
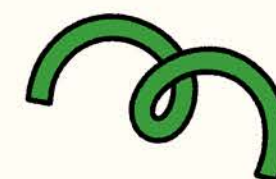
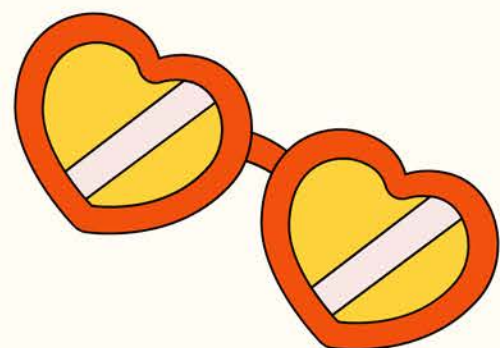
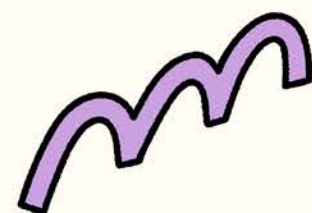
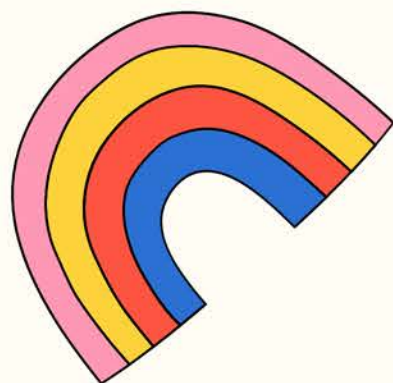


好書推介

推介日期：27-5-2025

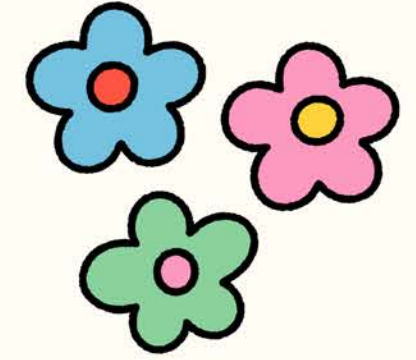
推介組別：學生支援組

推介老師：盧嘉蓉主任
潘雪瑩老師





你有沒有遇過這些情況呢？

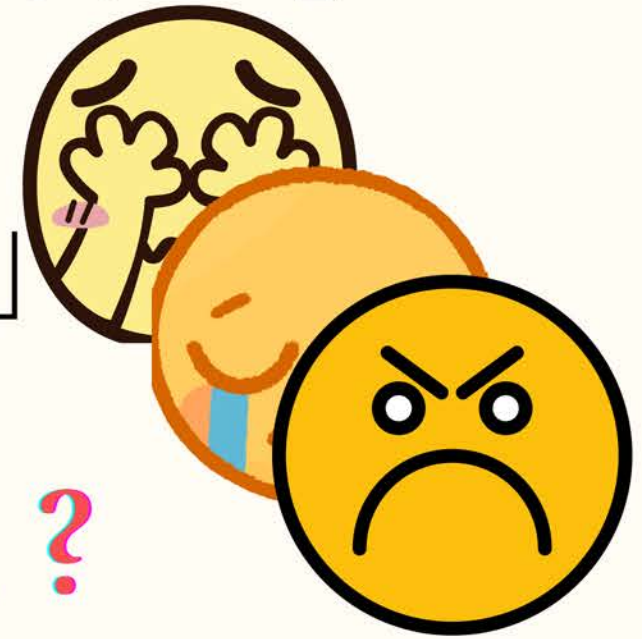


「在陌生的環境遇見陌生的人，因為太害羞而無法說話。」

「爸爸媽媽不滿足我的請求，他們一定是不愛我了。」

「我每天都有很多功課，什麼時候才能玩耍？」

我們應該如何處理這些狀況和情緒呢？





貞雅和她的爸爸媽媽搬家了。

習慣了舊社區的貞雅感到十分抗拒！

「可以回去我們原本住的那個社區嗎？拜托啦～」

如果是你，你會感到.....？

「就像突然被外星人抓去
新星球！」



幸好，鄰居伊瑟姐姐十分親切，還主動向貞雅打招呼。

可是.....

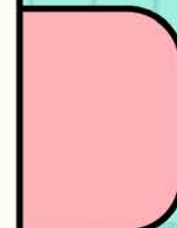
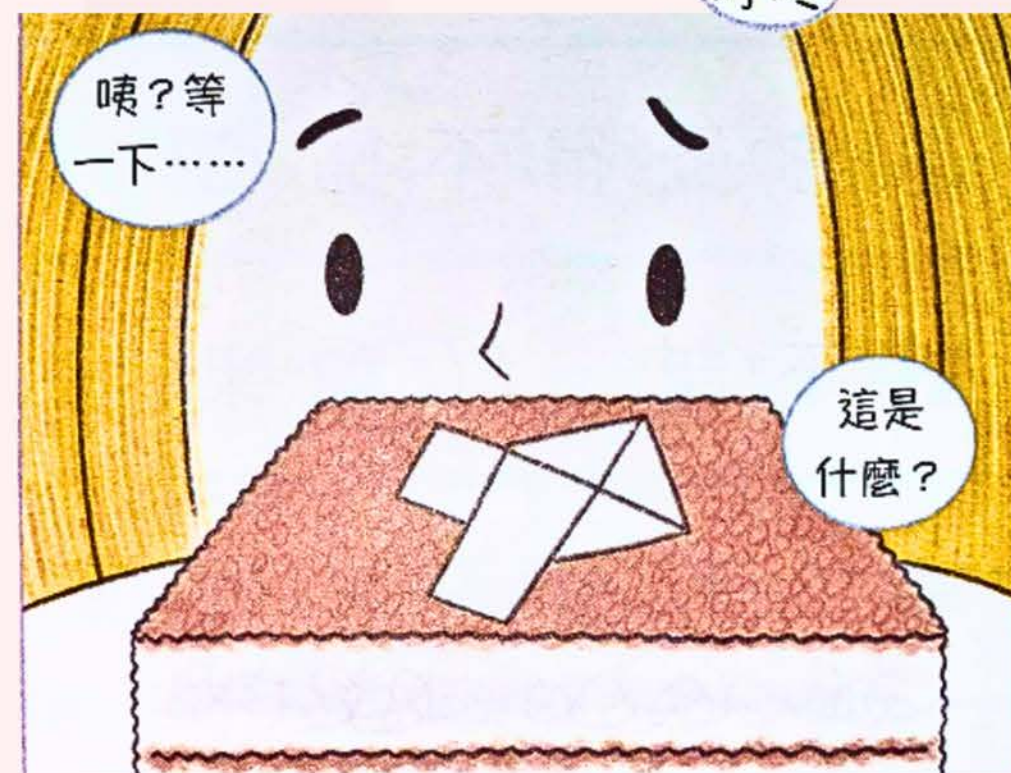
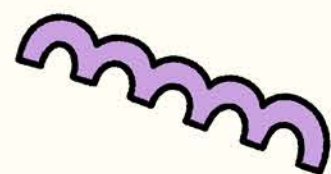


貞雅，妳
要去哪？





當天晚上



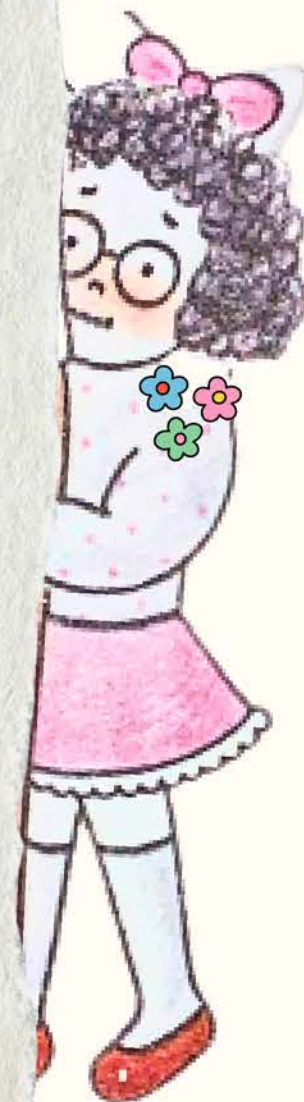
啊，我太著急了嗎？抱歉。



伊瑟姐姐你好

剛才因為太害羞了，所以沒有跟你好好打招呼，我真的很奇怪，遇見陌生人就會不自覺想要躲開。我不是故意不理你，希望你明白我的心情。

害羞的真雅



拉近距離



我們已經變得
相當親近了，
對吧？

只_レ要_二公_一
慢_レ慢_レ地_レ，
非_レ常_レ緩_レ慢_レ地_レ
接_レ近_レ對_レ方_レ，
這_レ樣_レ就_レ行_レ了_レ。

呼，真的花了
好長一段時間。



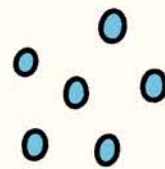
你更像貞雅還是伊瑟？



- ☐ 和陌生人慢慢變親近
- ☐ 喜歡一個人看書
- ☐ 說話時聲音會顫抖
- ☐ 喜歡在家玩
- ☐ 親密的朋友很少
- ☐ 我看起來很安靜
- ☐ 願意聽朋友說話

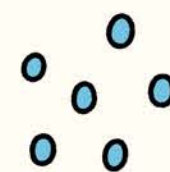


- ☐ 和陌生人很快就變熟
- ☐ 喜歡和朋友相處
- ☐ 說話時聲音很宏亮
- ☐ 喜歡在外面玩
- ☐ 有很多親密朋友
- ☐ 我看起來很活潑
- ☐ 會主動和朋友說話



這
一
天

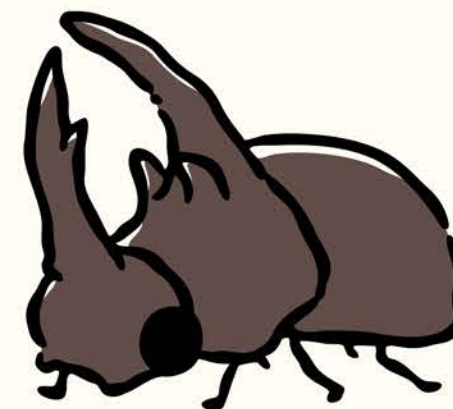
·
·
·





小時候，我們
不懂得說話，
確實都是以哭
鬧的方式來達
到目的。

隨著我們長大，懂得說話，應該用更成熟的方法哦！



清楚地說出想要的理由，把你的想法傳達給對方。

有道理耶！



1. 我喜歡獨角仙
2. 我想親自觀察牠
3. 能懂得生命的珍貴

你能辦到嗎？



表達意見：我想養獨角仙。

說出理由1：因為我喜歡獨角仙。

說出理由2：所以我想要親自觀察牠。

說出理由3：飼養獨角仙能懂得生命的珍貴。

強調意見：因此我想養獨角仙。



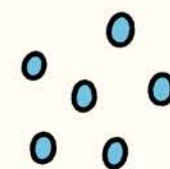
表達意見：

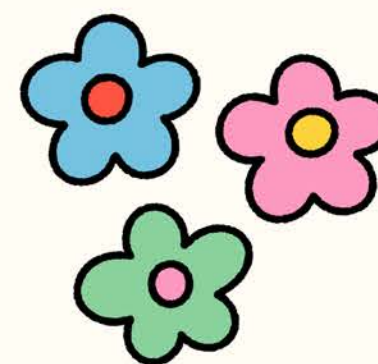
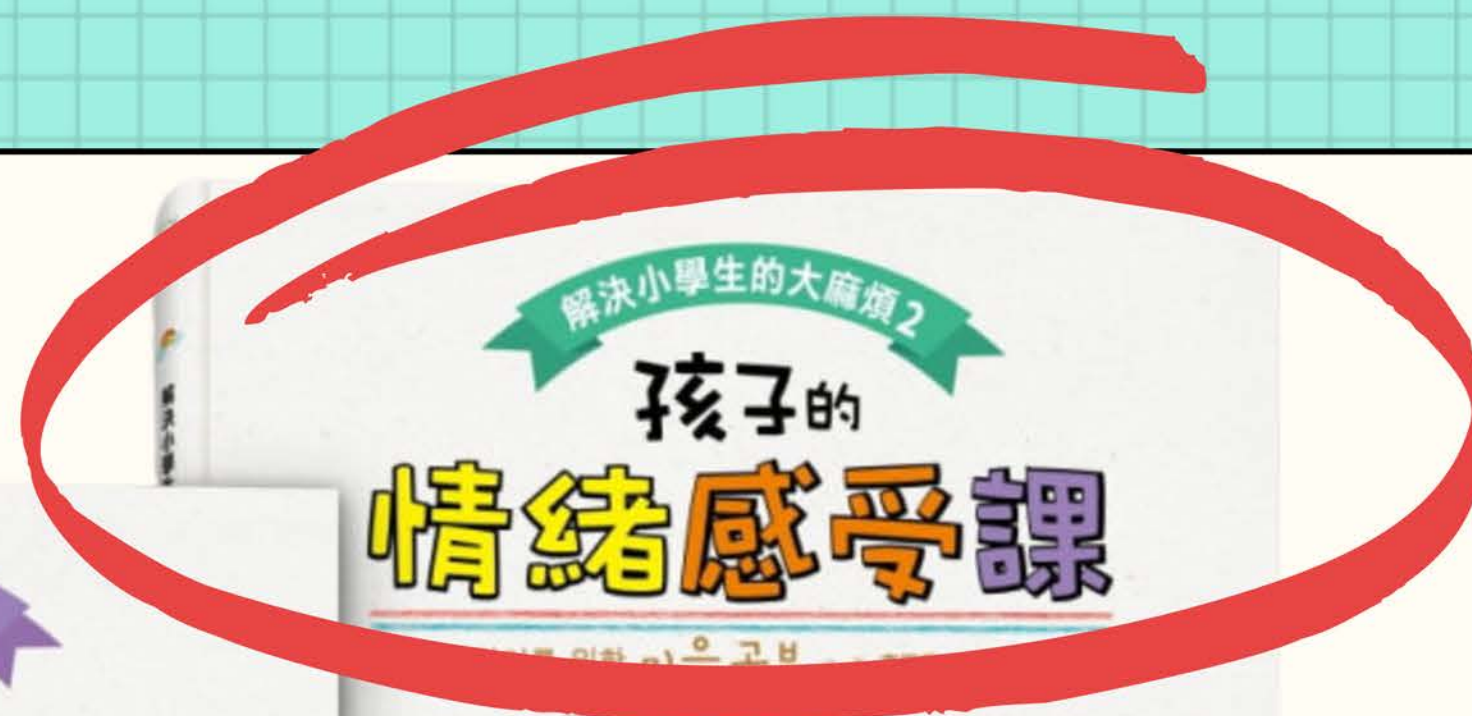
說出理由1：

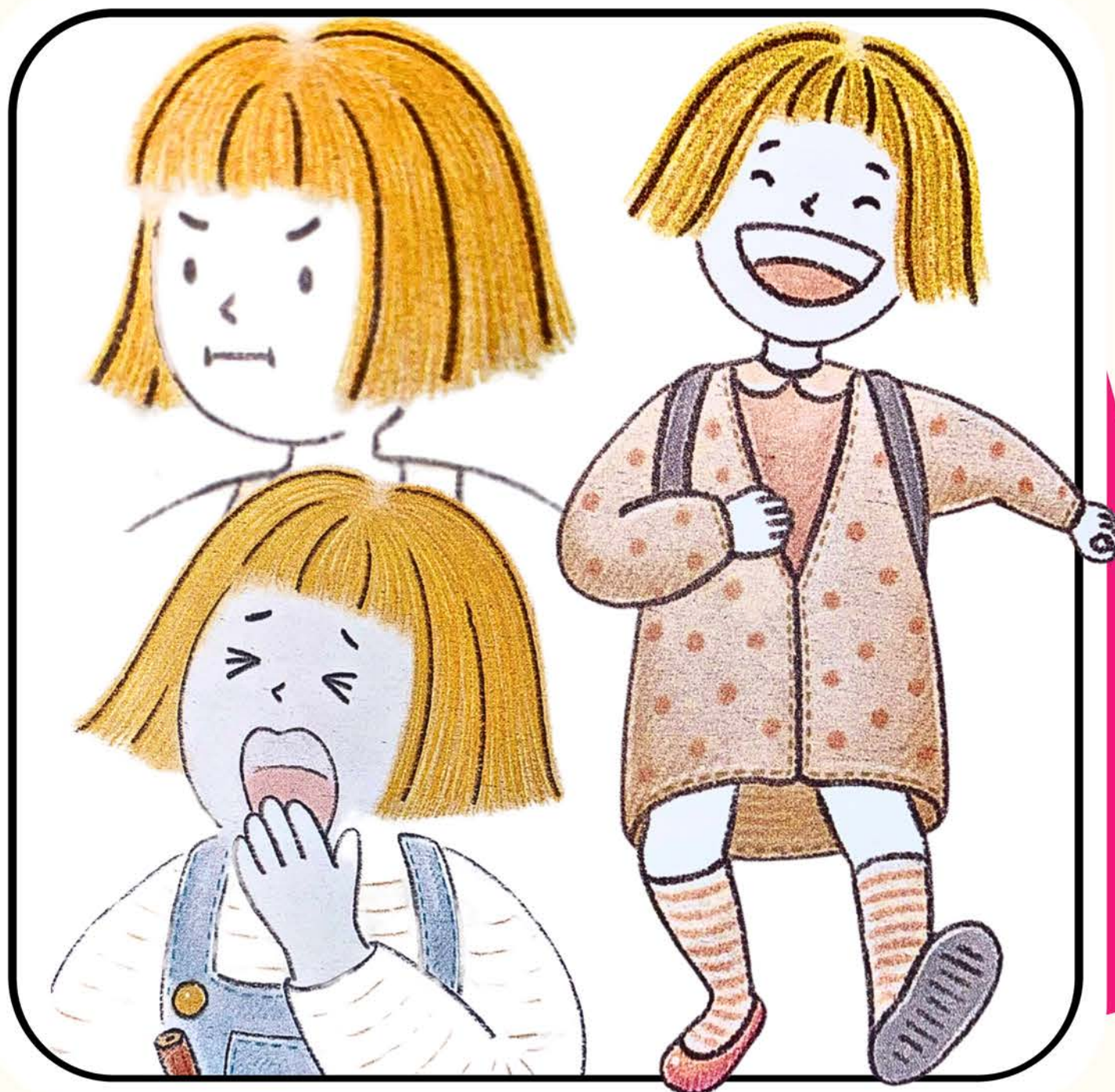
說出理由2：

說出理由3：

強調意見：







伊瑟作為貞雅的解語花，常常安慰和陪伴貞雅。

但小學二年級的自己每天同樣面對各種各樣的事情，產生各種各樣的情緒。



黑雲情緒

尷尬



擔心



後悔

悲傷



孤單



開心



高興

舒暢

期待



幸福

陽光情緒



伊瑟感到不開心，
於是想找家人傾
訴。可是，沒有人
理會自己。

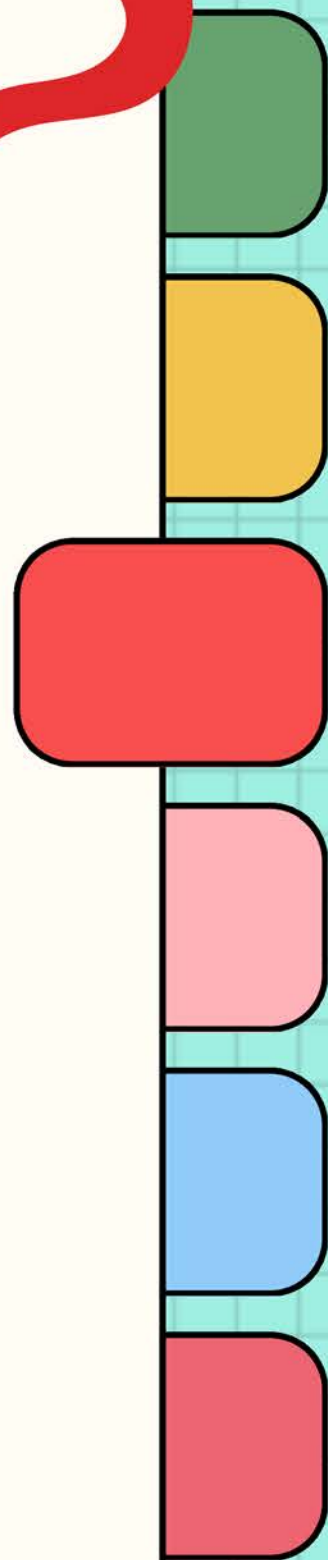
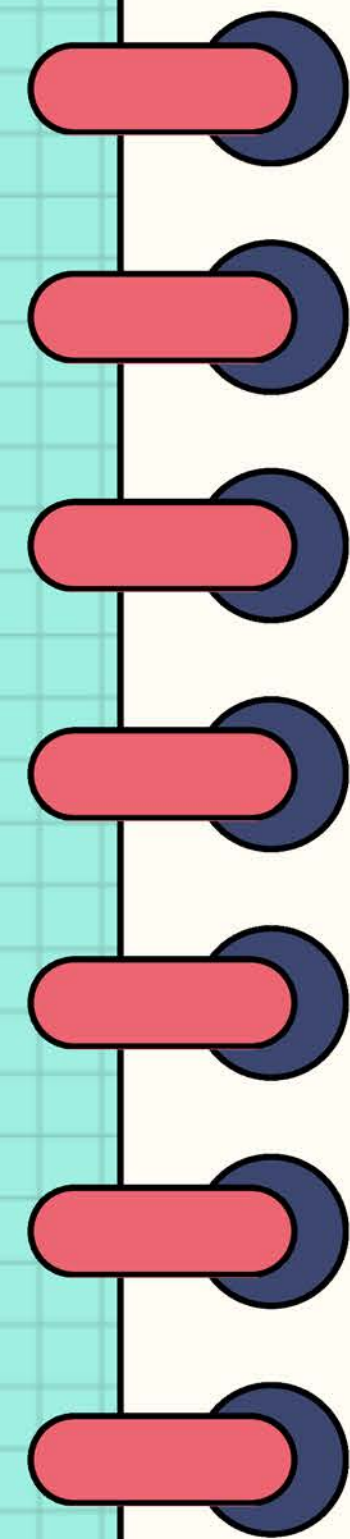
這一天

伊瑟感到很孤單。



不管是爸爸、媽媽或是弟弟，
都不願意聽我說話，甚至連我
們家的小狗托托都不理我。我
的家人似乎都不愛我，我感覺
好孤單……





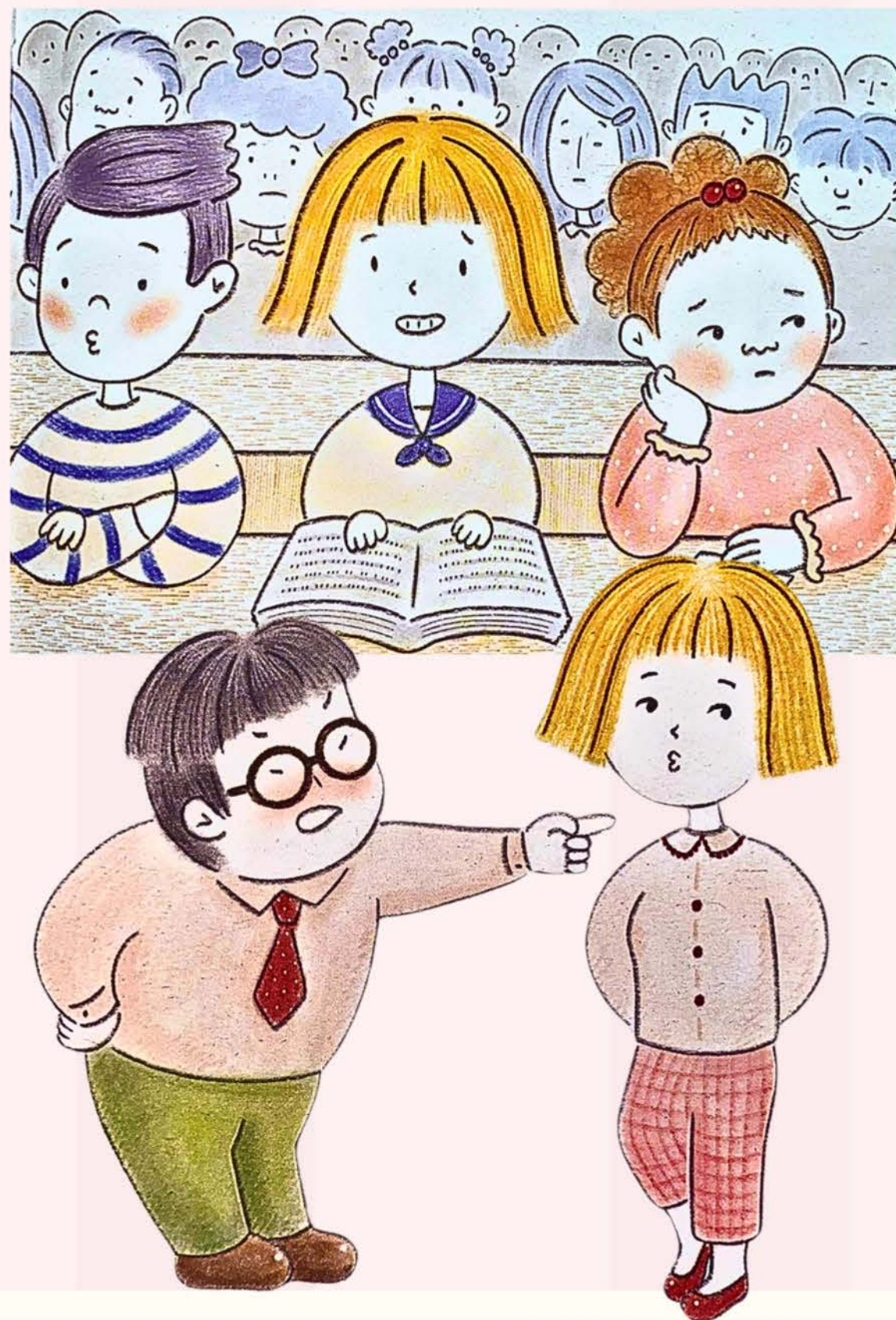


以後你就把心事
寫在這本日記上
吧!

我會聽你說話
的。

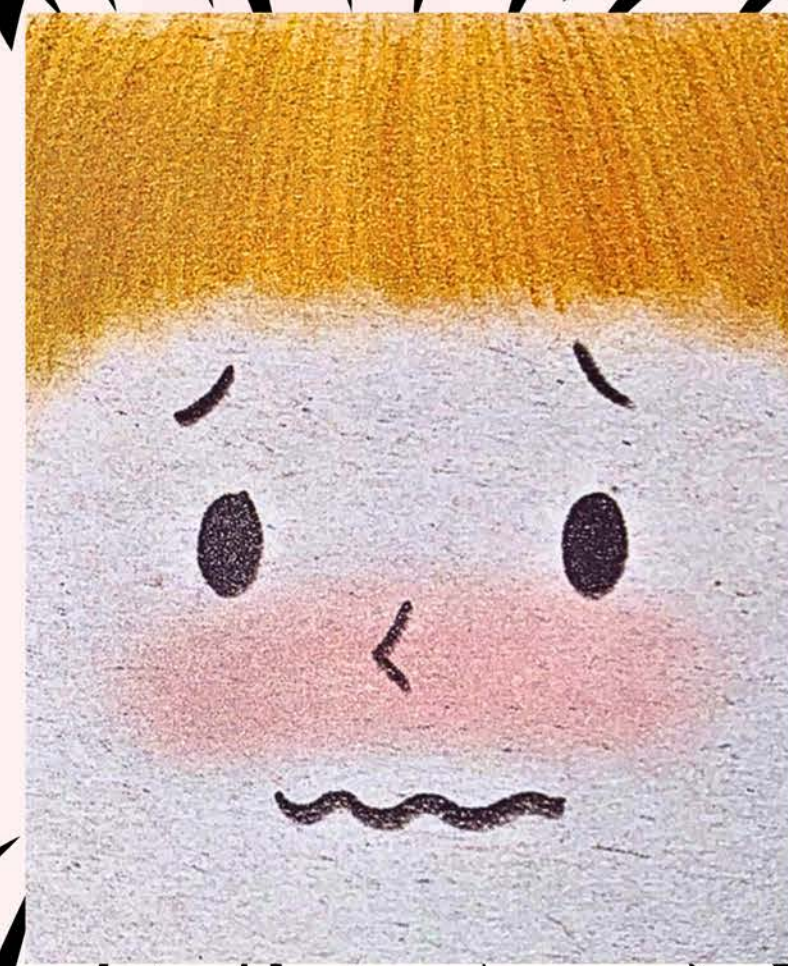
日記精靈

新學期的第一天



不踏出第一
步，就認識不
到新朋友

尷尬



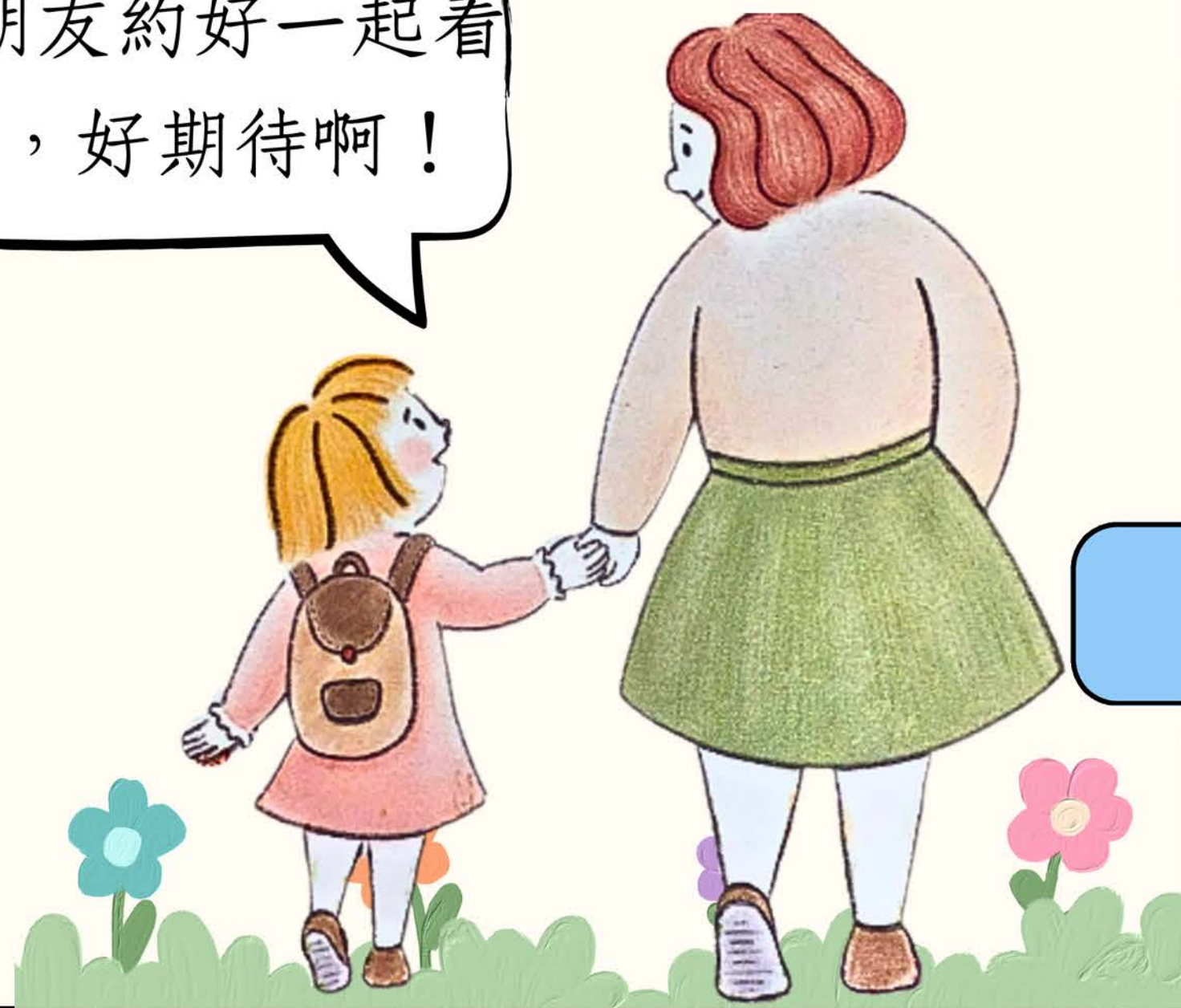
剛開始都會覺得尷尬

你好！

很高興認識你！

我和朋友約好一起看
櫻花，好期待啊！

期待



最近，伊瑟有容貌的煩惱.....



不幸

我真的很不幸

和豆子一樣
小的眼睛

扁鼻梁的醜
鼻子

和包子一樣
圓的臉





捲成一團的頭髮



纖細苗條的身材



像糖果一樣的大眼睛



圓圓胖胖的身體

36

沒有人是長得醜的，大家只是長得不一樣而已



和線一樣細的眼睛



飄逸的長髮



濃黑的眉毛



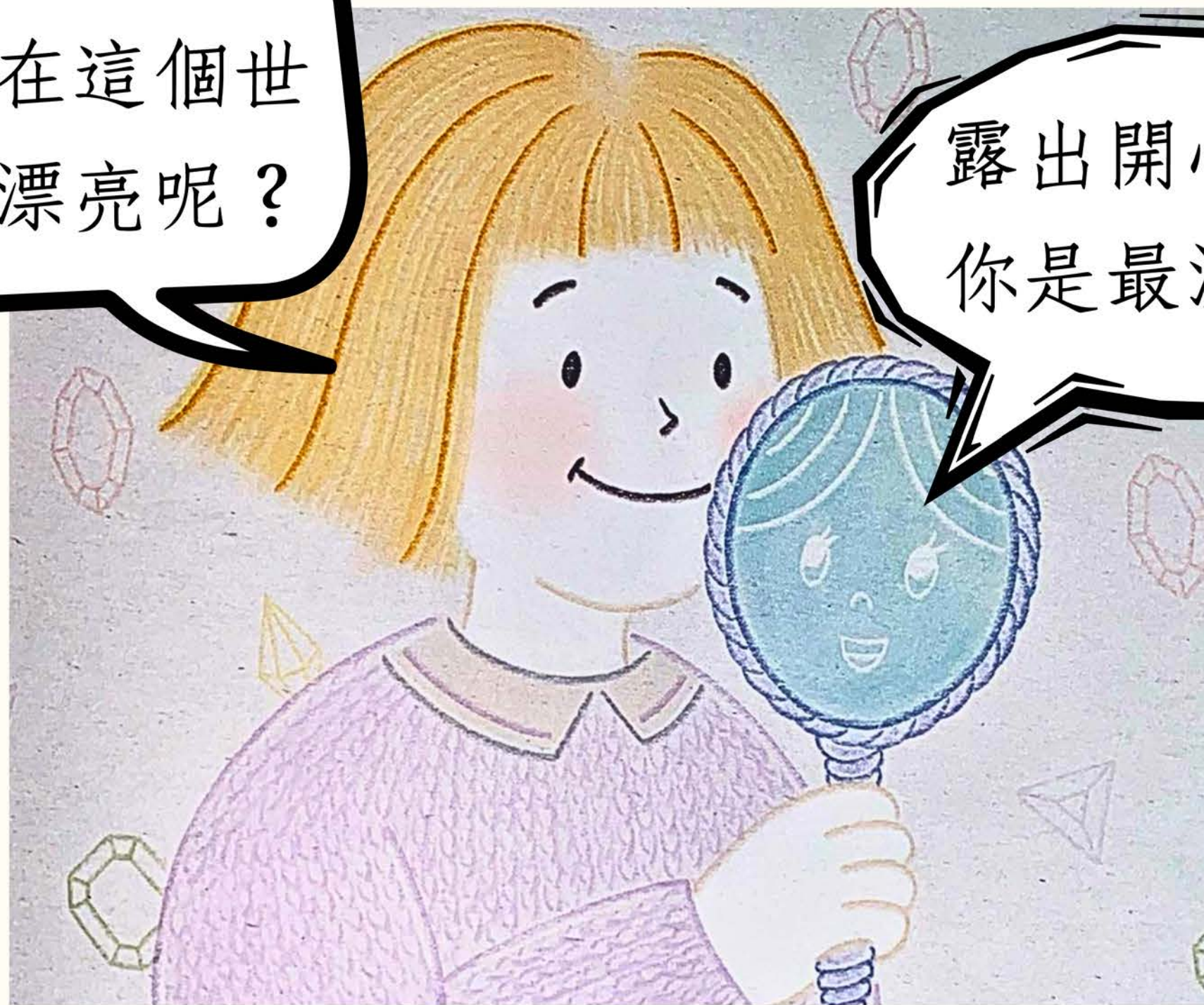
長滿雀斑的臉

試著對鏡子笑一個吧！

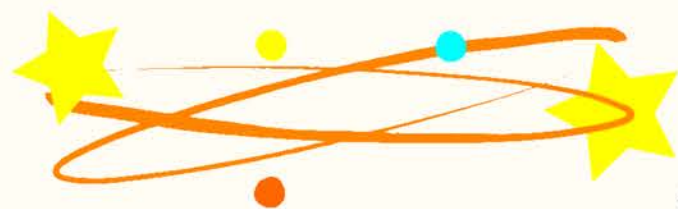
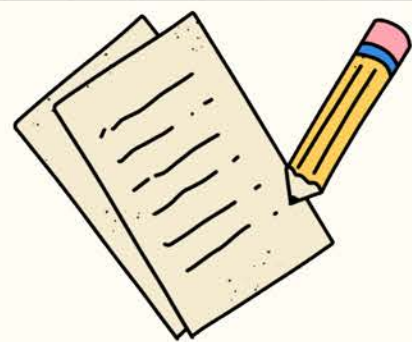
鏡子呀，在這個世界上誰最漂亮呢？

露出開心笑臉的
你是最漂亮的！

接納



媽媽的擔憂



在學校時一直都在上課，媽媽還要我先寫作業，太枯燥乏味了！

枯燥乏味



如果伊瑟因為沒做
功課，明天被老師
責罵，該如何是好
呢？

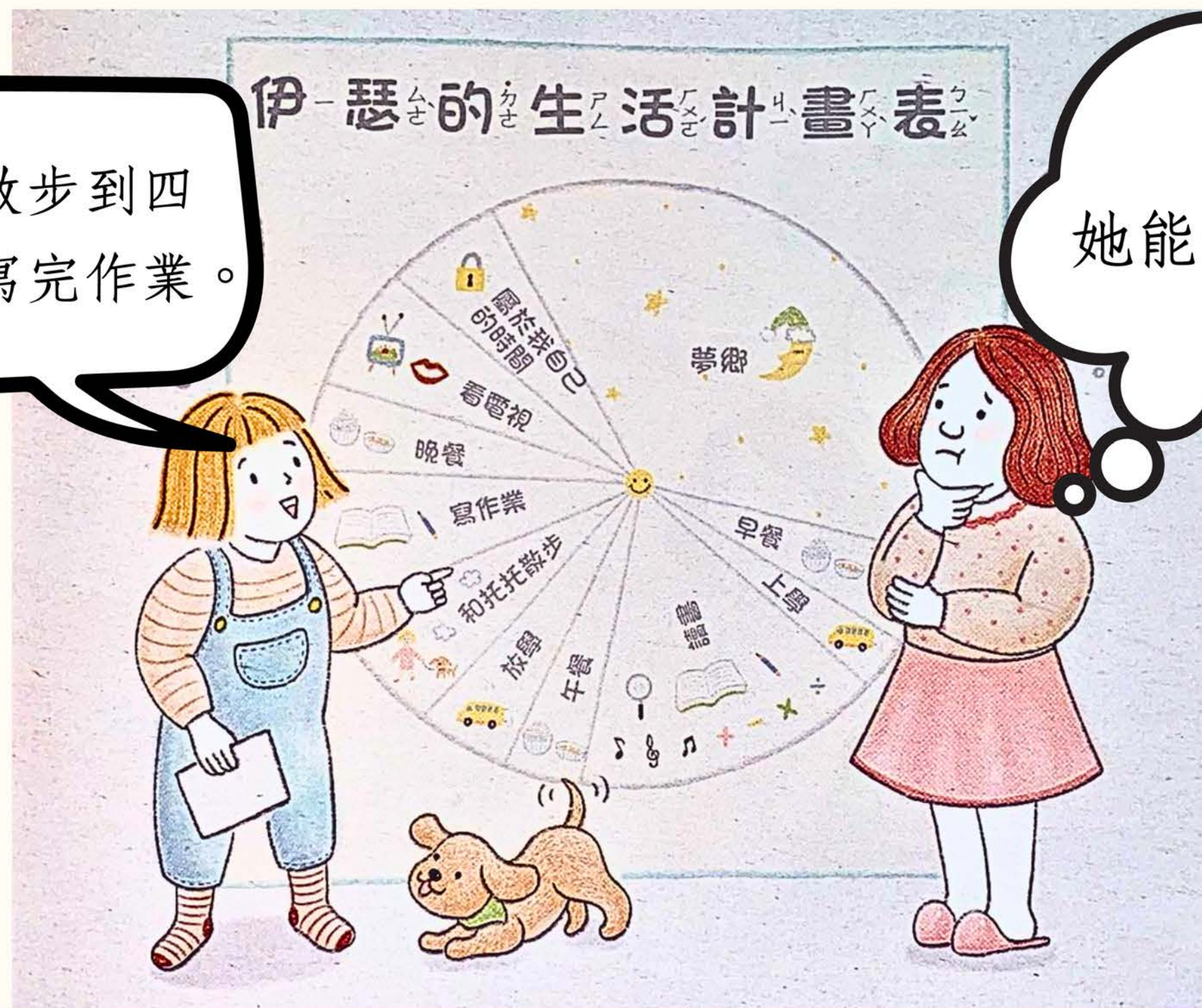


如果伊瑟沒
寫作業就睡
著，又如何
是好呢？

製作自己專屬的生活計畫表吧！

我要先和托托散步到四點，在六點前寫完作業。

她能做到嗎？



只要持之以恆遵守計畫，媽媽就會相信你的



因為你都有遵守計畫，媽媽
買冰淇淋給你吃，保密哦！



20年後.....





分享完畢