



版權所有 © 2020 鍾杰華、林俊彬

李國賢兒童基金獲獨家及專屬版權，以授權第三方使用本教材作慈善用途。

歡迎使用本書冊作非牟利教育用途，惟須列明出處。如欲轉載本書文字或插畫作出版或其他用途，須向香港教育大學兒童與家庭科學中心及李國賢兒童基金作書面申請。



計劃網址 <http://3esproject.eduhk.hk>



eduhk.3esproject

故事：張溢明
繪圖：盧彥昌
校對：黎佩兒





小英雄大歷險

做個友善勇敢的孩子

「3Es情+社同行計劃」團隊成員：

總監 鍾杰華教授
林俊彬博士

項目經理 張溢明先生

項目主任 王潔芳女士
黎佩兒女士
黃凱矜小姐

項目助理 林仲詩小姐

給爸爸媽媽：讓小孩子愛大英雄？

不少孩子都喜歡看英雄卡通，家長有沒有想過，孩子對英雄人物的鍾愛可以使他們更有愛心、恆心與毅力？美國學者White和她的團隊，曾經邀請180名4至6歲孩子，參與一項漫長而沉悶的電腦活動，接受測試的孩子被分成3組（White, Prager, Schaefer, Kross, Duckworth & Carlson, 2017）：

- 第1組孩子想像過程中的感受，並自問：「我有沒有努力？」
- 第2組孩子自問：「XX（孩子自己的名稱）有沒有努力？」
- 第3組孩子在活動開始前，想像自己變成了個英雄人物（例如蝙蝠俠），並穿戴代表該英雄人物的衣飾、徽章、手環等，同時自問「蝙蝠俠（英雄名稱）有沒有努力？」

在整項共10分鐘的電腦工作中，電腦會在每分鐘按孩子的所屬組別去問孩子：「____有沒有努力？」。孩子可以在過程中隨時離開工作，去玩放於附近的電子遊戲。愈有毅力的孩子，愈遲被附近的電子遊戲吸引，愈能堅守於沉悶的工作中。

結果發現，想像自己成為英雄人物的第3組孩子，比其他組別的孩子工作更久，表現出明顯較好的毅力。連同其他相關的研究，學者們發現當孩子以蝙蝠俠等擁有愛心、正義感、樂於助人和堅毅等正面特質的英雄人物，作為自己的象徵代表，配上代表性的衣飾（如衣服、徽章等），再以「角色扮演」遊戲把英雄的行為演繹出來，有助孩子投入及內化相關的英雄身分、情緒和行為，發展出有如英雄的正面特質（Bryan, Master & Walton, 2014；Goldstein & Lerner, 2018）。

家長可以將徽章剪下，與孩子一同製作「小英雄愛心徽章」，並以角色扮演遊戲，將「小英雄」演繹出來！



3. 如果我也是「小英雄」，我會如何幫助別人？



不少孩子鍾愛英雄卡通，家長與其怪責孩子「沉迷偶像」，倒不如好好應用卡通英雄為孩子帶來的正面成長，給孩子說句：「蝙蝠俠有沒有努力？」並送上一個英雄小徽章，讓孩子更有愛心、更堅毅不屈地成長！

參考資料：

Bryan, C. J., Master, A., & Walton, G. M. (2014). "Helping" versus "being a helper": Invoking the self to increase helping in young children. *Child Development, 85*, 1836-1842.

Goldstein, T. R., & Lerner, M. D. (2018). Dramatic pretend play games uniquely improve emotional control in young children. *Developmental Science, 21*(4), e12603

White, R.E., Prager, E.O., Schaefer, C., Kross, E., Duckworth, A.L., & Carlson, S.M. (2017). The "Batman effect": Improving perseverance in young children. *Child Development, 88*, 1563-1571.



1. 讀完「小英雄大歷險」後，我感到

(例如：開心、憤怒、傷心、驚慌、或其他)

因為

2. 我的感受



(很少/輕微)



(一般)



(很強)



1. 小花英雄幫助過誰？

☐ 細細粒弟妹 ☐ 小飛龍 ☐ 栢高 ☐ 小花仙

2. 小花英雄在哪裏幫助過人？

☐ 家中 ☐ 森林 ☐ 田野 ☐ 球場

3. 小朋友，你有哪些像「小花英雄」的特質呢？

勇敢

☐

冷靜

☐

正直

☐

會分享

☐

善良

☐

樂於助人

☐

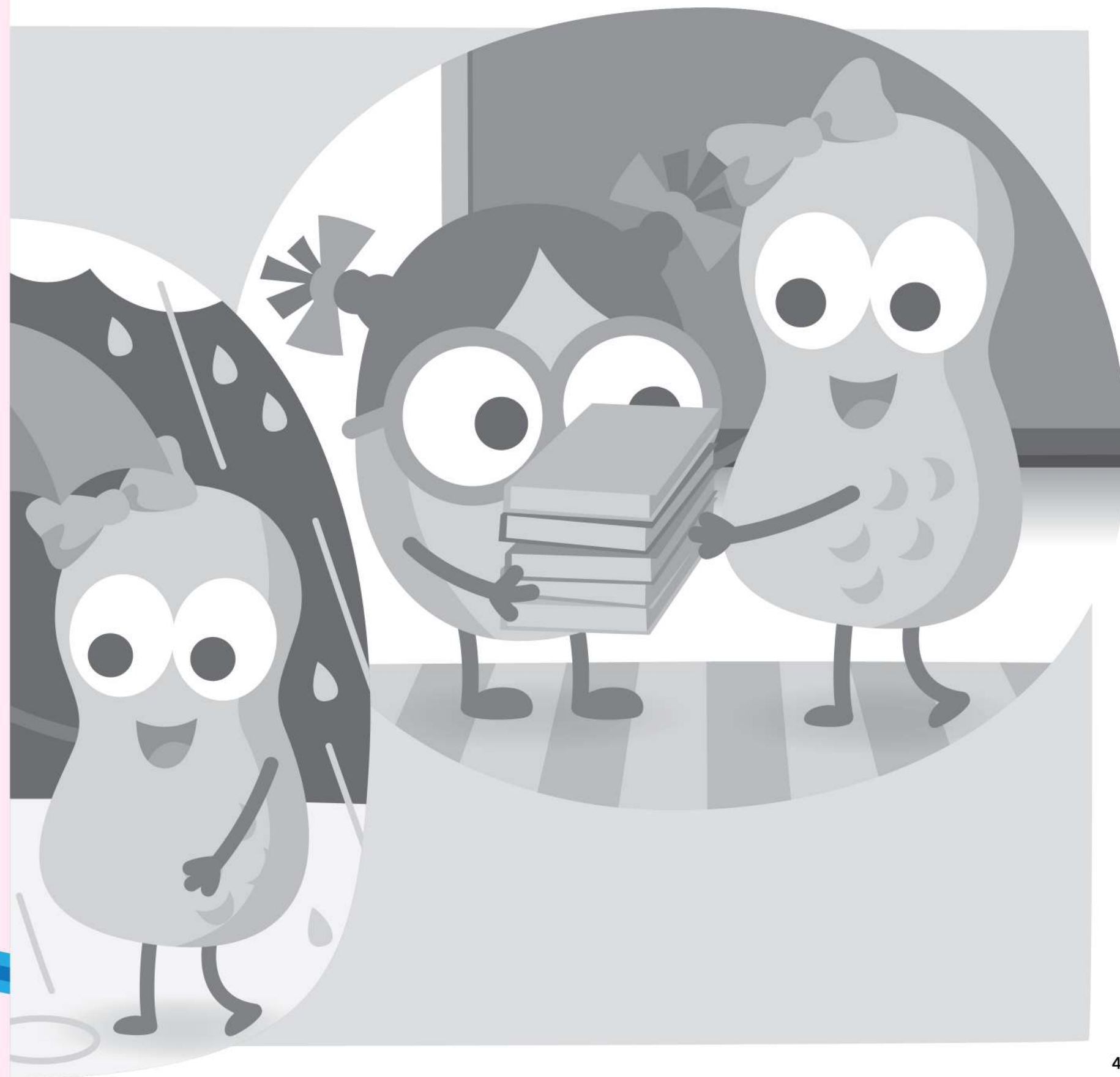
友善

☐

有愛心

☐

堅強

☐



睡覺前，小花總愛聽爸爸說故事。

爸爸：「小英雄保護村民，村民不再受野獸的侵襲。」

小花：「嘩，小英雄真的很厲害呀！」



別人都讚小花像「英雄」，她勇敢、友善、善良、正直，是個樂於助人的好幫手！



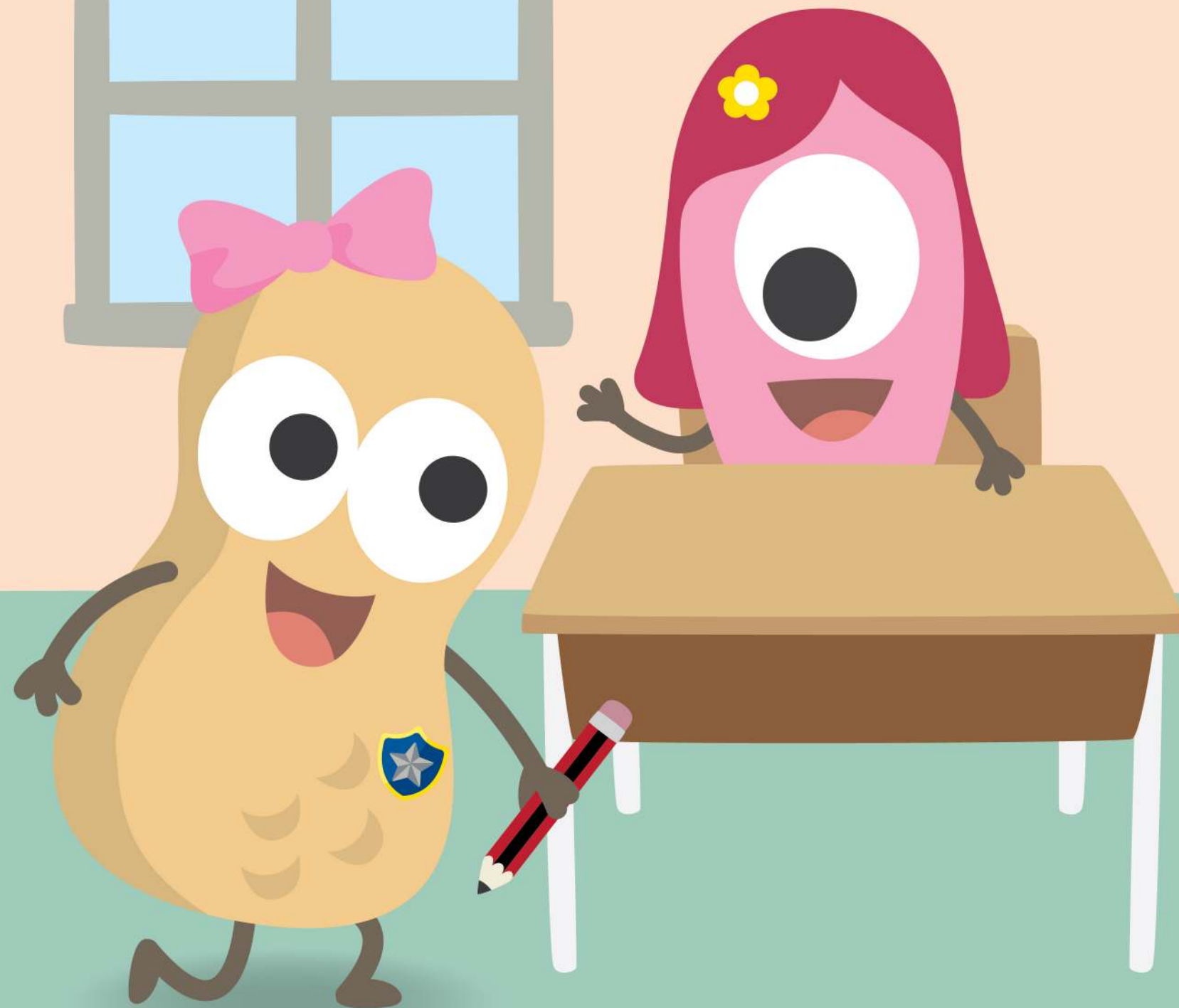
小花幫忙遞上紙巾。
「小花真是個好幫手！」



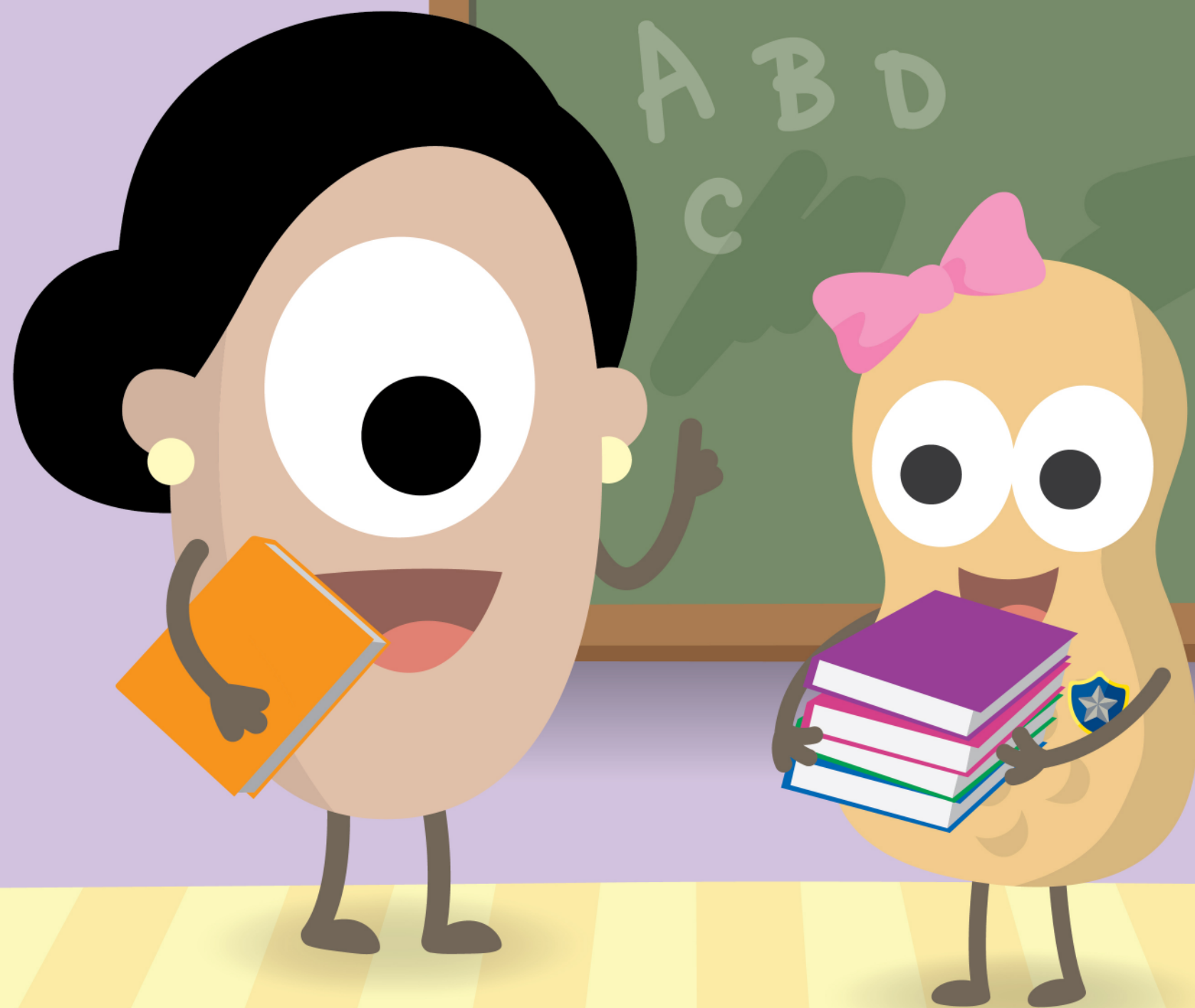
爸爸：「對呀，除了維持正義，更重要的是小英雄總是
排除萬難去幫助別人，是一個真正的英雄！」



就在這時候，媽媽說：「是時候睡覺了，小花，睡醒長大一點點，才有更大力量做英雄。」
小花：「知道，媽媽。」



小花幫豆豆花執起鉛筆。
豆豆花：「小花真是個好幫手！」



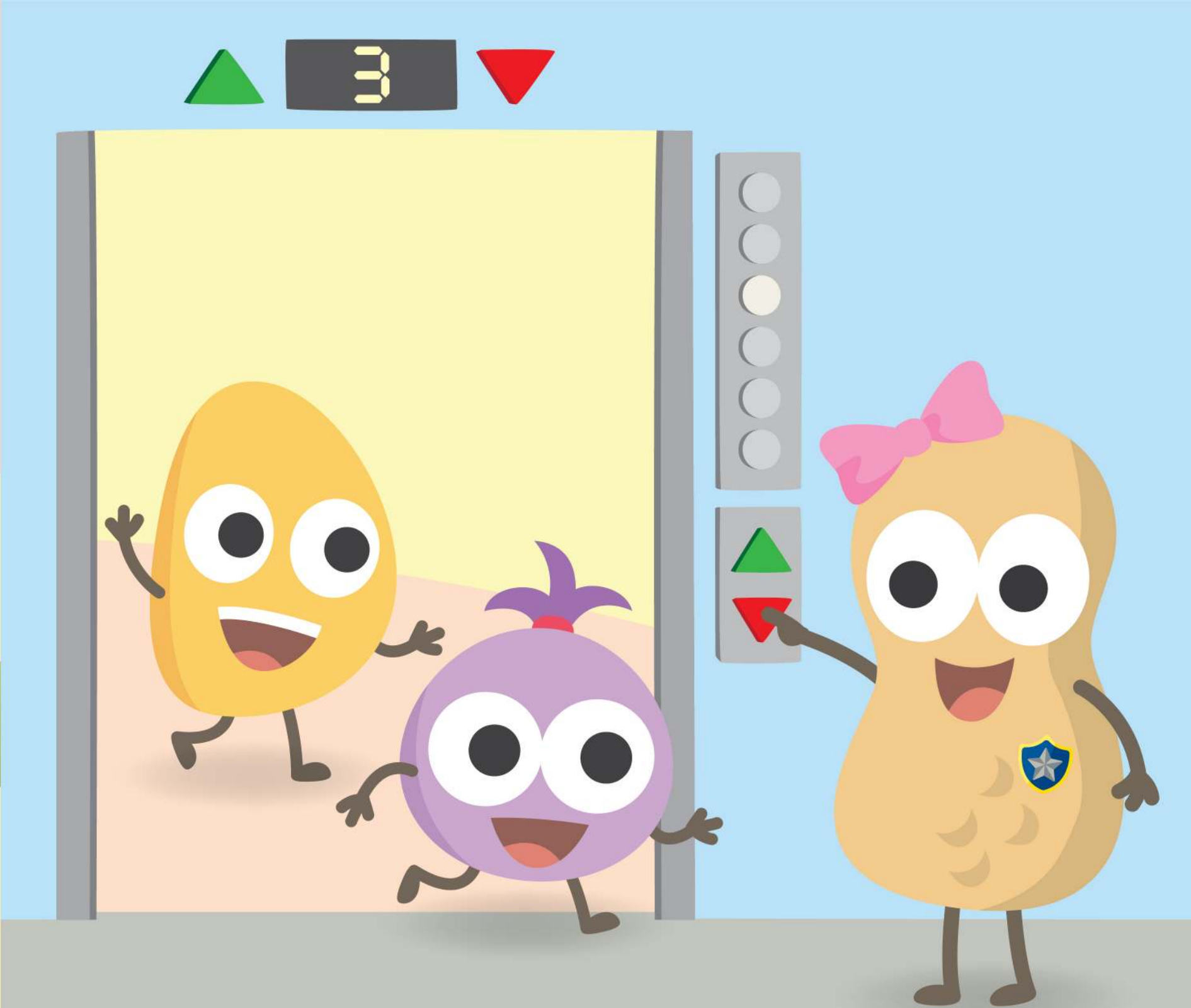
小花幫老師拿故事書。
老師：「小花真是個好幫手！」



就在小花睡得香甜時……
電話響起：「小花，小花……」



電話傳來細細粒的聲音：「小花，救命呀，快來幫我們呀！」
「甚麼事？」小花說時，已經換上了騎士的衣服，準備出發。



小花按著電梯按鈕，讓其他小朋友進入。
鄰居：「小花真是個好幫手！」



小花除了自己吃早餐，也幫爸爸預備。
爸爸：「小花真是個好幫手！」



原來，細細粒的弟弟和妹妹跌進河流，快要被沖走了，
情況很危急。弟弟和妹妹也很驚慌，拼命地抱著石頭。



小花拍拍胸前的徽章：「愛心徽章，賜我力量！」
然後就跳到河流，把兩位小孩子救起。



但是，那個徽章？！



「鈴、鈴、鈴……」鬧鐘響起了。
「小花、小花，要起床啦！」媽媽叫道……
原來一切只是做夢……



「謝謝小花！」
小花真勇敢，發揮力量拯救人！



小花說：「小孩子，你們剛才很堅持，
是很勇敢的孩子啊！」



小花真英勇，保護孩子，不受傷害！



小花很欣賞豆豆花的勇氣，於是就在口袋中拿出「愛心徽章」。
小花：「送給你，它將給你無比愛心和勇氣！」



河流旁的斜坡上有人推著一箱箱貨物。原來小姿正在辛勞地推一箱箱的故事書上斜坡。因為太重，所以把故事書都打翻了！



「愛心徽章，賜我力量！」
小花拍拍徽章就趕過去，把打翻的大箱故事書接住。



「愛心徽章，賜我力量！」
小花拍拍徽章，大力揮起自己的斗篷，使小飛龍刮起的大風
吹回他自己！



小飛龍拍翼，刮起大風，吹起泥沙，想搶走豆豆花
手上的毛公仔。



「謝謝小花！」
小花真友善，發揮力量幫助人！



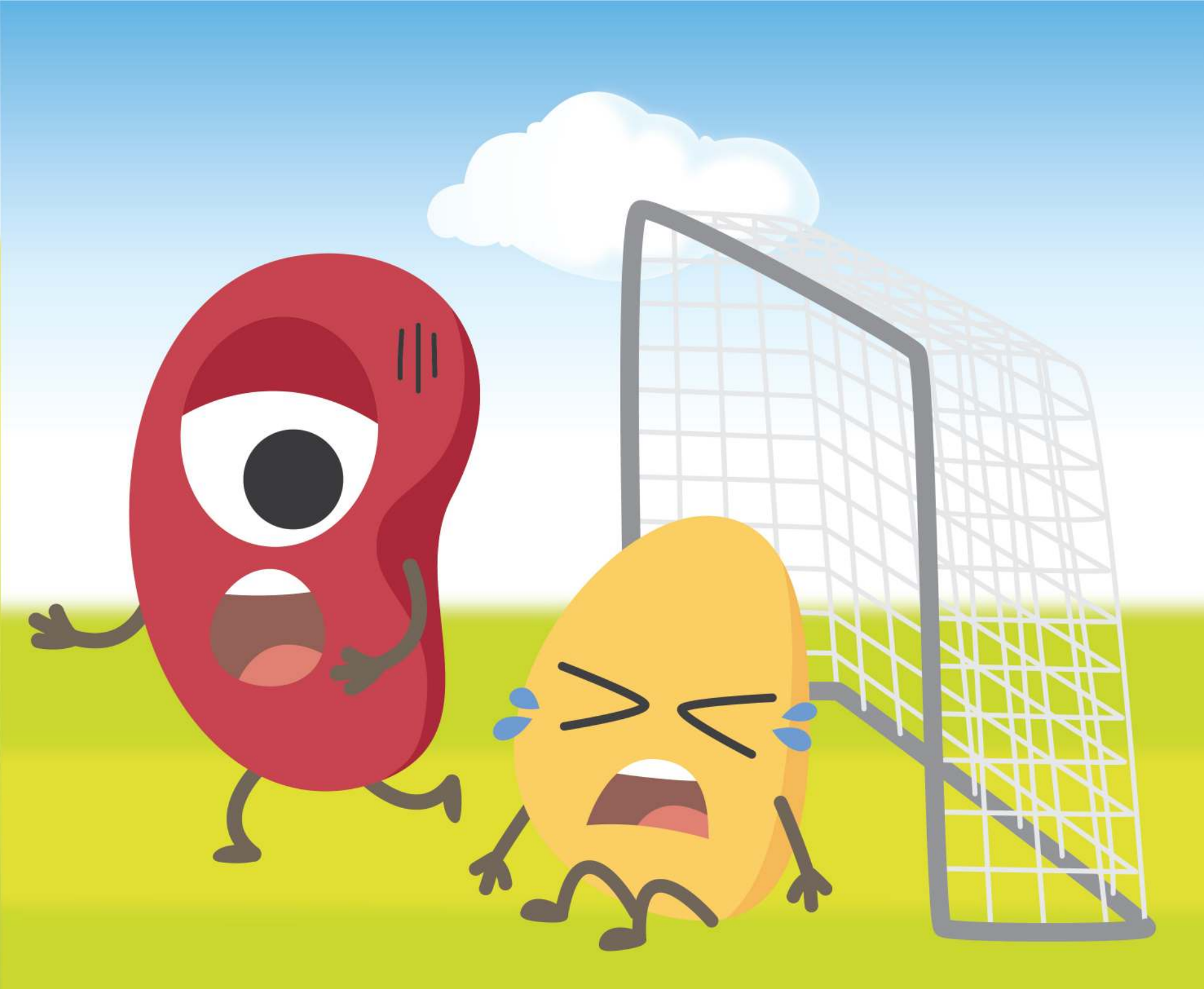
小花又看見兩個小孩，坐在球場上傷心地大哭。



小花也憤怒起來了：「小飛龍，你不可以欺負人！」



回家路上，小花見到小飛龍，在搶奪豆豆花的小花仙毛公仔！
豆豆花又驚慌、又憤怒：「是我的，你不可以搶！」



原來兩個小孩踢足球時相撞，大家都受傷跌倒地上。
栢高努力安撫孩子說：「一定很痛…… 我們深呼吸，
1、2、3……」



小花拍拍徽章：「愛心徽章，賜我力量！」，就變出「超能噴霧」和「超能紗布」，為孩子止痛和包紮。



「謝謝小花！」
小花真善良，會照顧受傷的人！