



版權所有 © 2020 香港教育大學 鍾杰華教授、林俊彬博士  
李國賢兒童基金獲獨家及專屬版權，可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，惟須列明以上版權所屬。  
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](https://www.facebook.com/eduhk.3esproject)

故事：黎佩兒  
繪圖：盧彥昌





# 魔法更衣室

樂於助人好孩子

## 「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  
黃凱羚小姐

項目助理 林仲詩小姐

## 給爸爸媽媽：樂於助人好孩子

相信不少家長均希望自己的孩子是一位「好孩子」，而一般人眼中的「好孩子」都能表現出利他行爲 (Prosocial behaviour)。利他行爲泛指使人受益的行爲，當中包括幫助、合作、捐贈、分享等。每個人的利他行爲除了可根據本身的性格和對社會的認知來發展，與別人的聯繫 (當中包括父母與孩子的關係) 亦對孩子的利他行爲發展有所影響 (Ferreira et al., 2016)，可見父母的關懷和支持亦十分重要。

家庭關係有助發展孩子的利他行爲 (Spinrad & Gal, 2018)：

- (1) 孩子能夠與父母建立具安全感及親厚的關係；
- (2) 孩子能夠觀察父母為別人的福祉而努力，並加以模仿；
- (3) 孩子能夠與父母一起參與利他行爲，例如幫助、探訪和捐助有需要的人；
- (4) 父母以正面的態度回應孩子的負面情緒，讓孩子明白如何表達和調節情緒；
- (5) 父母引導孩子了解別人的想法和需要；
- (6) 孩子作出幫助別人的行爲後，父母加以讚賞和鼓勵，特別強調孩子關愛、善良等特質，而非著重物質的獎勵。

要讓孩子學會樂於助人並不是一朝一夕的事，那麼，我們可以如何促進孩子的助人行爲呢？家長可以參考以下的「M.I.P.」來培養孩子樂於助人的態度：

### M：Model for helping 示範「幫助」

(Gable et al., 2004; Tao et al., 2010)

家長的日常行爲可作為孩子樂於助人的模範，多作身教示範，日常多關懷別人，亦與孩子一同參與義工親子活動、慈善步行籌款等，將幫助別人的行爲化為親子愉快相處的泉源之一。

### I：Identity development 建立「樂於助人」身份

(Bryan et al., 2014)

研究發現，相對「行動讚賞」(例如說：「其他小朋友哭泣，你遞紙巾給他，真乖！」)來說，

若孩子經常聽到別人讚賞自己的「個人內在特質」(例如說：「你真是一個樂於助人的孩子！」)，孩子將來有較大的動機去幫助別人。因為孩子為了要配合「我是個樂於助人的小朋友」這個自我概念或身份，就有較大的內在動機去作出一些符合該身份的行爲，長遠地使自己成為一位「真正」樂於助人的孩子。

### P：Practice perspective-taking 練習理解別人角度

(Berkowitz & Grych, 1998; Eisenberg & Miller, 1987)

在日常生活中，家長可向孩子強調自己的行爲是會影響別人的想法和感受 (例如問：「如果沒有人幫助他，可能會發生甚麼事？」、「你幫助他之後，他覺得怎樣？」)，培養孩子主動幫助別人的態度。此外，親子故事時間也是很好的教育機會。家長可以引導孩子說出故事中主角的想法和感受，教導孩子如何透過情節發展、主角的情緒及行爲等從別人的角度思考，這有助孩子學會多理解別人。

現在就和孩子一起閱讀故事《魔法更衣室》，看看故事主角小花如何成為一位樂於助人的好孩子！

參考資料：

Berkowitz, M. W., & Grych, J. H. (1998). Fostering goodness: Teaching parents to facilitate children's moral development. *Journal of Moral Education, 27*, 371-391.

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.

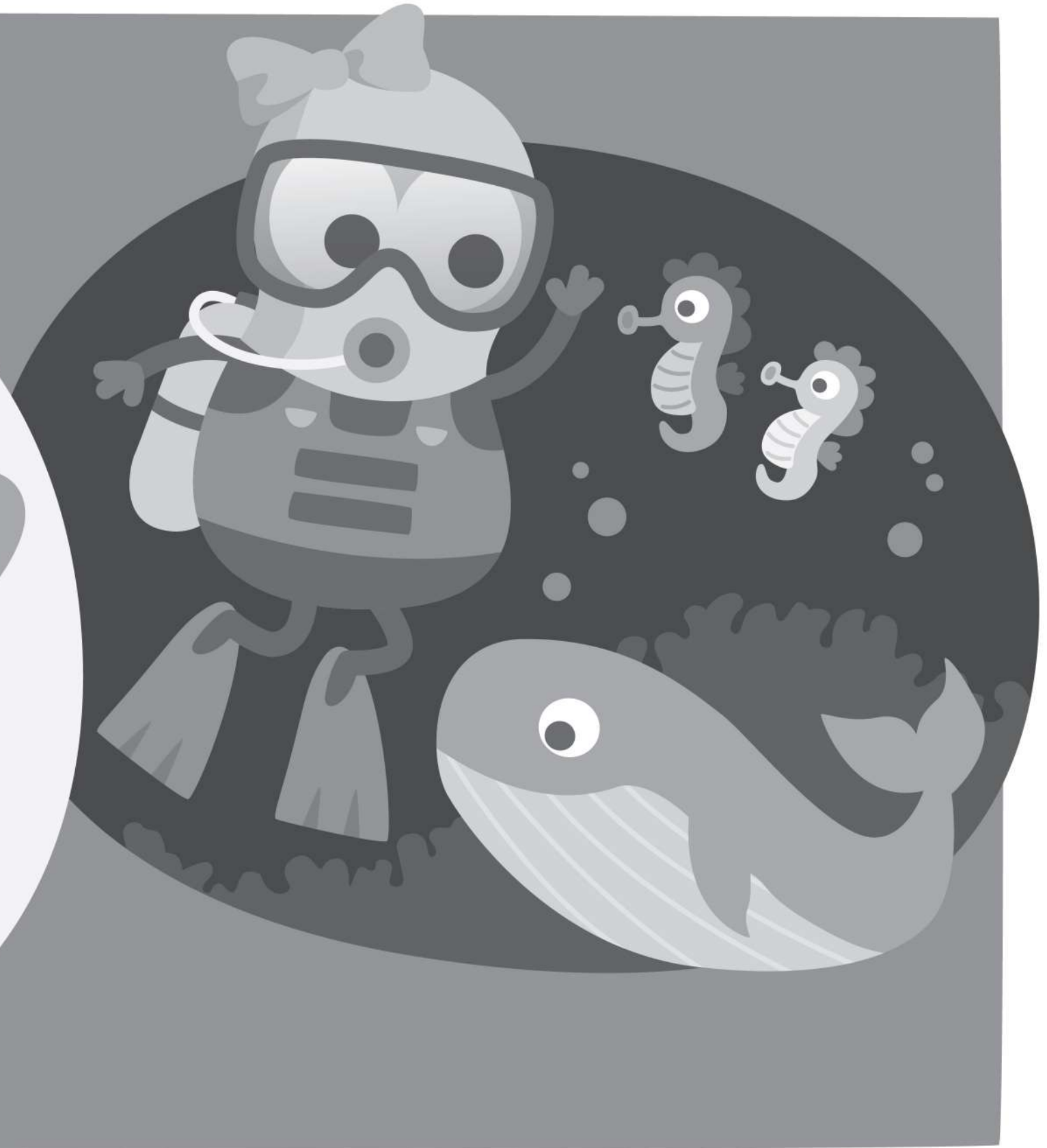
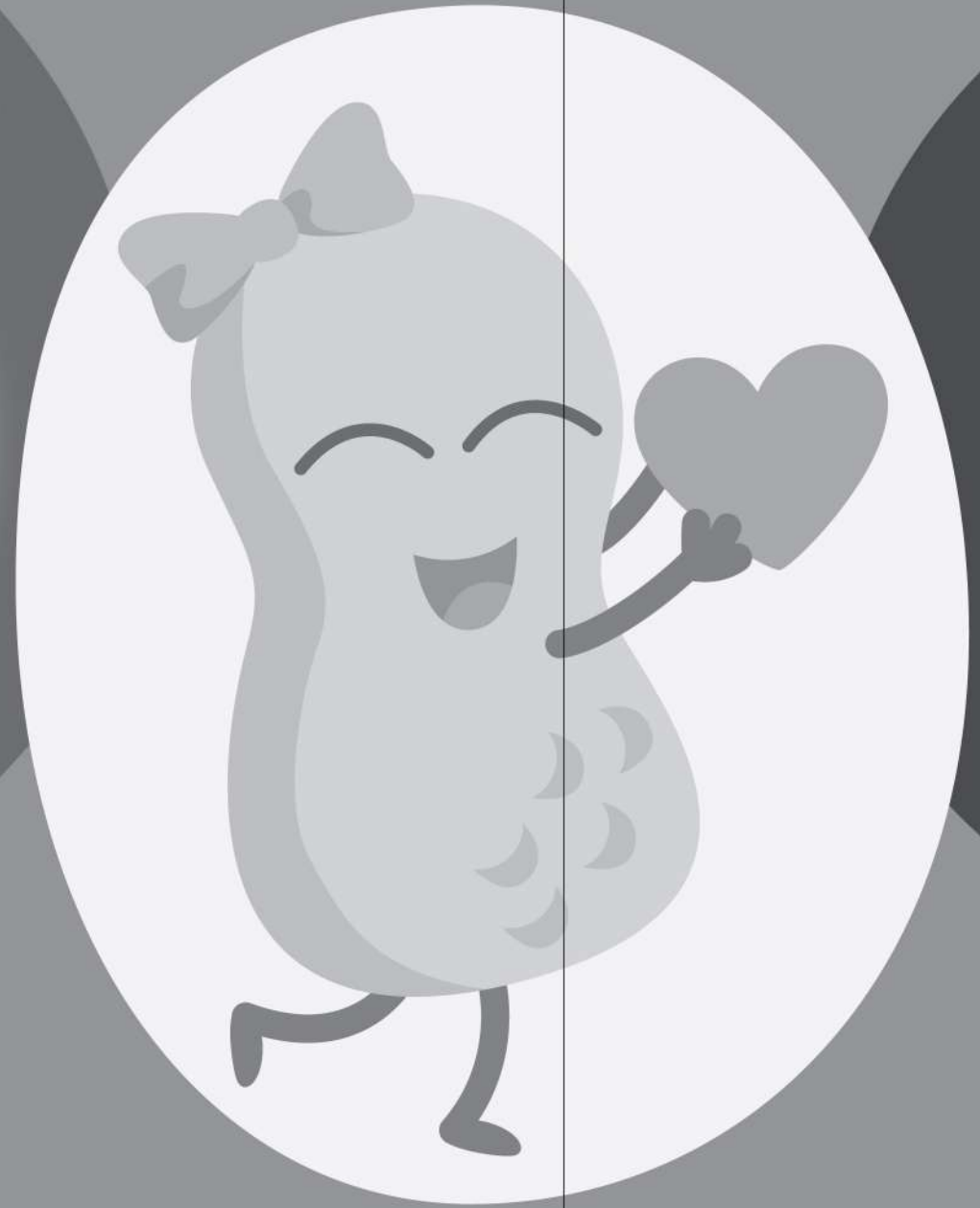
Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviours. *Psychological Bulletin, 101*, 91-119.

Ferreira, T., Cadima, J., Matias, M., Vieira, J. M., Leal, T., & Matos, P. M. (2016). Preschool children's prosocial behavior: The role of mother-child, father-child and teacher-child relationships. *Journal of Child Family Studies, 25*, 1829-1839.

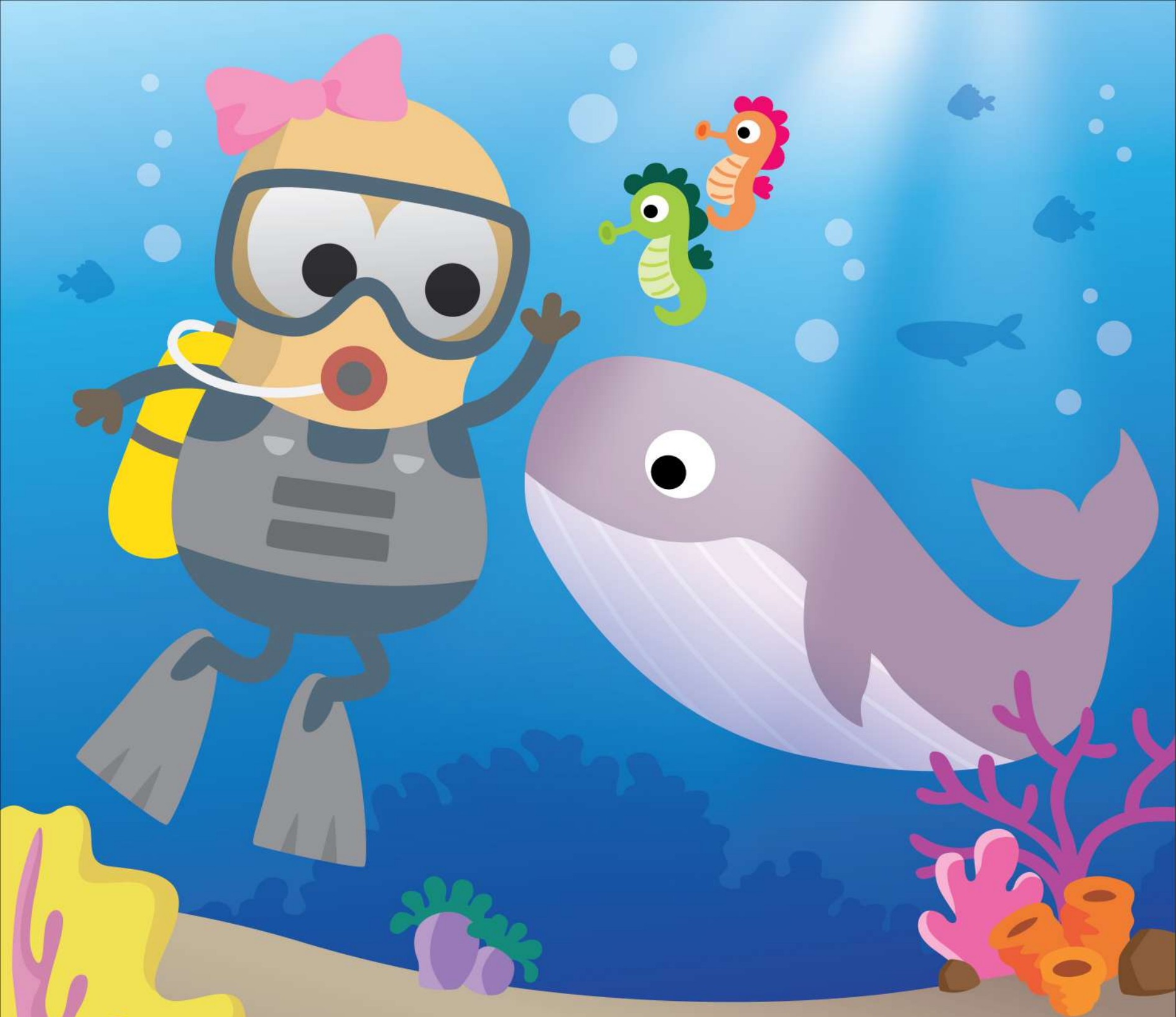
Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal effects of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*, 228-245.

Spinrad, T. L., & Gal, D. E. (2018). Fostering prosocial behavior and empathy in young children. *Current Opinion in Psychology, 20*, 40-44.

Tao, A., Zhou, Q., & Wang, Y. (2010). Parental reactions to children's negative emotions: Prospective relations to Chinese children's psychological adjustment. *Journal of Family Psychology, 24*, 135-144.







小花希望變成潛水員，游到深海中，跟鯨魚和海馬做朋友，一起跳舞。



有一天，小花看到「魔法更衣室」的宣傳海報。「魔法更衣室」裡有公主裙、太空衣、潛水衣……



小花雙眼發亮，心想：如果我穿上太空衣和潛水衣，就可以上天下海認識新朋友了！



小花準備妥當後，便背起背包，出發往位於學校後山的「魔法更衣室」。



小花一路走，一路走，她走到一條小河。小花皺起眉頭說：「我不懂得游泳，怎樣過河呢？」



小花想呀想，想呀想，她看到遠處有一道彩色的小橋，小花高興極了！





小花一步又一步踏過小橋，順利過了河，繼續往「魔法更衣室」去。



小花一路走，一路走，才走到山腰。小花望著高高的山，說：「我可以怎樣往上爬呢？」



小花想著想著，她看到一條長長的彩帶從山頂吊下來，掛在山腰的一旁，小花高興極了！

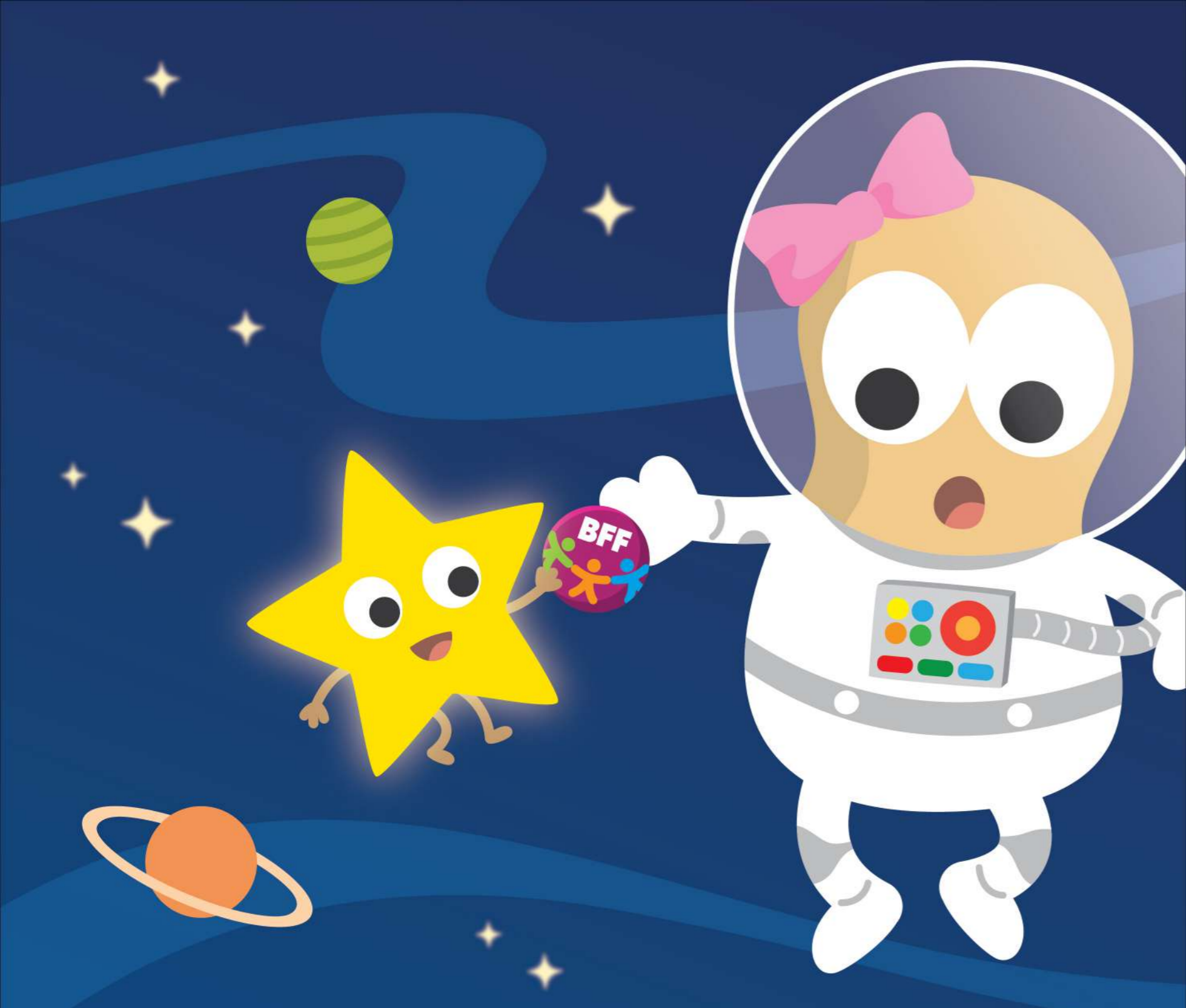


小花捉著彩帶，一次又一次往上爬。小花好不容易爬到山頂，她終於到達「魔法更衣室」了！



小花立刻穿上太空衣，眨眨眼便飛到太空去。

小花看見星星和月亮，他們牽手一起唱歌，十分快樂。  
小花心想：我的新朋友真特別！



一會兒後，星星對小花說：「小花，我們要走了，送你一個友誼印章，讓你好好記著我們的友誼。」



月亮再說：「小花，我希望可以和你一樣，每天跟自己的朋友在一起……」小花有點不明白月亮的說話。



小花回到「魔法更衣室」，換上潛水衣，眨眨眼便游到深海中。



小花看到鯨魚和海馬，還有很多小魚游來游去，他們牽手一起跳舞，十分快樂。小花心想：我的新朋友真特別！



正當小花跳得投入時，海馬送了一個友誼印章給小花，說：「我希望可以和你一樣，身邊有很多愛自己的朋友……」小花對海馬的說話摸不著頭腦。



小花走回「魔法更衣室」，脫下潛水衣，準備下山回學校去。



小花感到十分驚訝，她發現剛才的彩帶是小姿和細細粒用了不同顏色的毛巾編織而成，好讓她能順利上山。



小花繼續走，她走到剛才經過的小橋，驚訝地說：「原來栢高和小黃豆用彩墊造了這道小橋，好讓我能過河。」



小花一路走，一路想，她終於明白月亮和海馬的說話了。



小花發現朋友一直在身邊，常常幫助她，愛護她。





小花送給每位朋友一個友誼印章，感謝他們和自己一起欣賞小河和高山的景色，感受大自然的美。



回到學校，小花把「魔法更衣室」的經歷一一繪畫下來，創作了她的《朋友畫冊》。



小花不但要跟自己的朋友說聲「謝謝」，小花還要學習他們，多幫助別人。

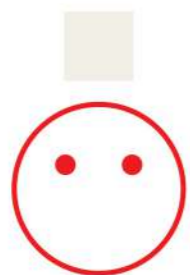


小花說：「讓我們做個樂於助人的好孩子，你會發現生活中有很多美好的事情呢！」

1. 看過《魔法更衣室》後，我感到……

(例如：快樂、傷心、驚慌、憤怒或其他)

2. 我喜歡《魔法更衣室》這個故事嗎？



(少許)



(一般)



(非常)



3. 我希望在「魔法更衣室」裡添加以下的服飾：

小朋友，你能像小花一樣學習多幫助別人嗎？

試把生活中你能幫助別人的事情繪畫下來，然後和身邊的人分享吧！



在家中



在學校



在車上



在街上

# NOTE

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....