



魔法更衣室

樂於助人好孩子



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



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，

小朋友，你能像小花一樣學習多幫助別人嗎？

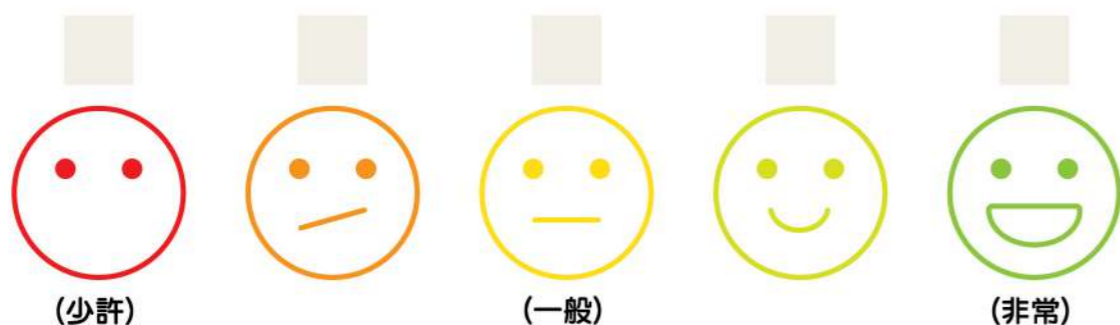
試把生活中你能幫助別人的事情繪畫下來，然後和身邊的人分享吧！



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？



3. 我希望在「魔法更衣室」裡添加以下的服飾：

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。因為孩子爲了要配合「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，長遠地使自己成爲一位「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爲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.

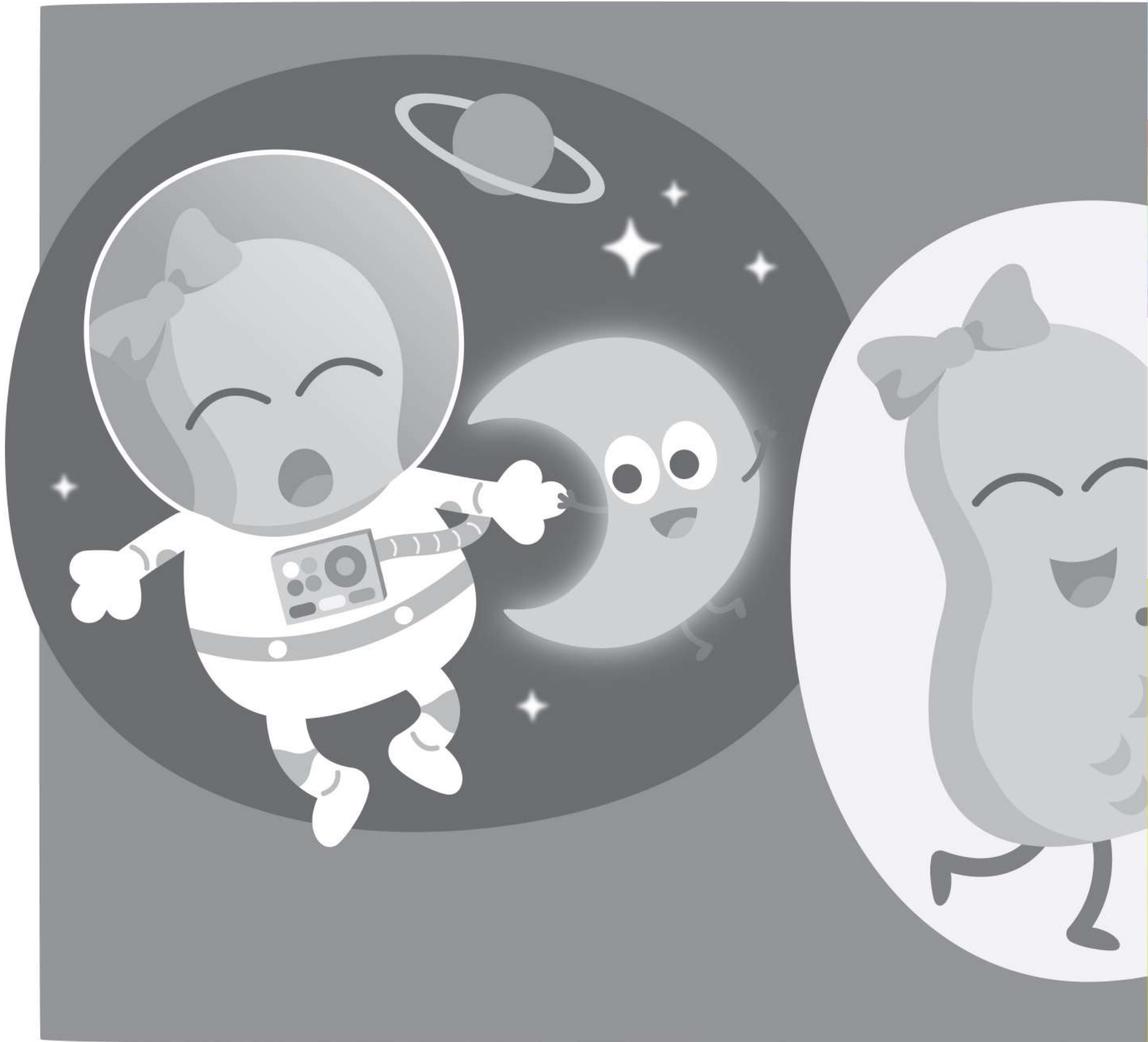
Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviours. *Psychological Bulletin, 101*, 91-119.

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.

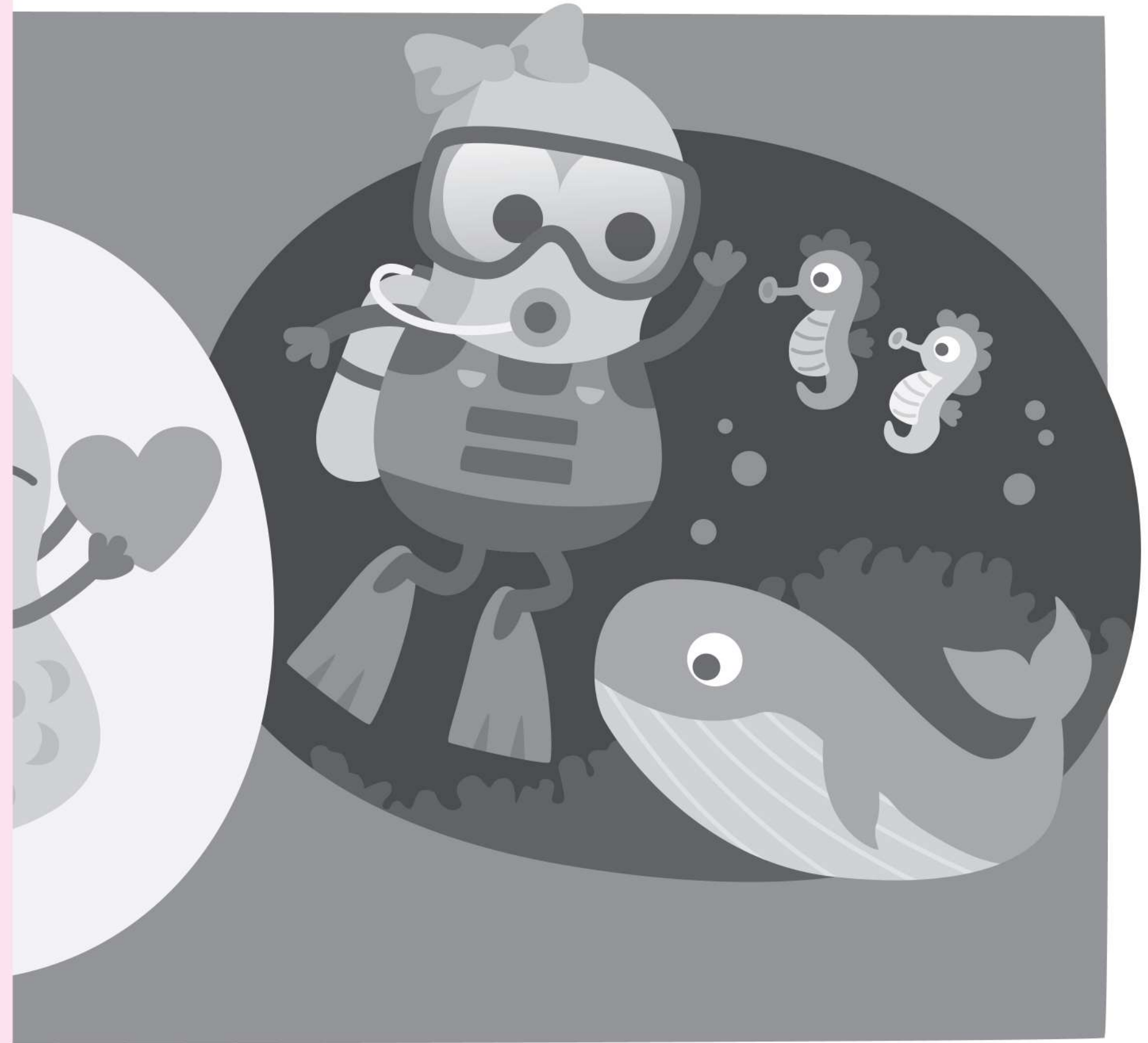
Tao, A., Zhou, Q., & Wang, Y. (2010). Parental reactions to children's negative emotions: Prospective relations to Chinese children's psychological adjustment. *Journal of Family Psychology, 24*, 135-144.



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！」



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。





小花經常想認識新朋友，因為她覺得現在的朋友並不特別。



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。



小花希望變成太空人，飛上太空，跟星星和月亮做朋友，一起唱歌。



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。



小花發現朋友一直在身邊，常常幫助她，愛護她。



小花一路走，一路想，她終於明白月亮和海馬的說話了。



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？」



小花走回「魔法更衣室」，脫下潛水衣，準備下山回學校去。



正當小花跳得投入時，海馬送了一個友誼印章給小花，說：「我希望能和你一樣，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！



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！



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。



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。」



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！