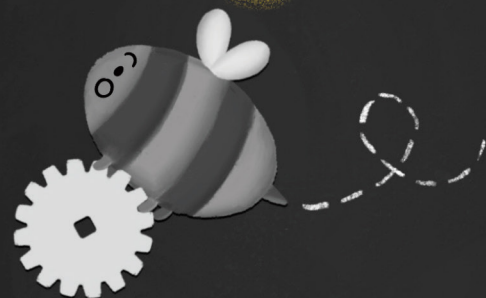
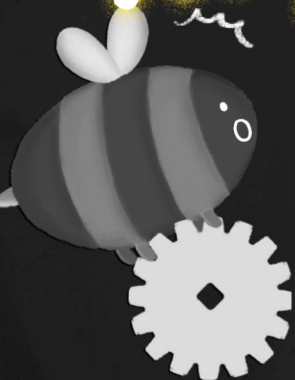




螢火蟲  
與  
黑蚊蚊星球





# 螢火蟲 與 黑蚊蚊星球

樹籟兵團兒童情緒繪本



# 序（一）

司徒恩女士  
香港救助兒童會總幹事

透過可愛的插畫、簡單的文字及有趣的故事情節，讓讀者認識四種基本的情緒（包括憤怒、傷心、害怕和喜樂）。原來情緒是沒有對與錯，但人若不當處理情緒，將帶來不良的精神健康。現誠意推薦此繪本給大家，希望大家能擁抱自己的情緒，並轉化各種情緒成為我們生活的動力。尤其當大人和小朋友一起閱讀此繪本時，可利用創作情景部份，增加互動性，發揮小朋友的無限創意，鈎畫出自己的世界。這也是「香港救助兒童會」的信念，就是相信每個小朋友都該擁有未來。



## 序 (二)

李淑霞女士  
香港明愛康復服務總主任

繪本——透過圖畫來傳遞訊息的書，圖畫與文字合奏，再配以生動的遊戲和活動建議，不單能引發兒童閱讀的興趣，更有助建立正向的親子關係。承蒙「香港救助兒童會」的贊助，明愛全樂軒製作了一套共四本認識兒童情緒的繪本，讓家長可以透過繪本故事，教導孩子認識情緒的作用和正確的表達情緒方式。情緒表達的方式，大人和兒童不盡相同，有時情緒會透過說話、身體語言、繪畫、藝術、文字等呈現出來。正確了解不同情緒的功用，可以學會接納自己，與自己成為好朋友，父母更可以運用繪本內的故事，與孩子分享生命中不同的經歷，幫助他們健康成長。我們相信，家人之間能有合宜的溝通，互相明白、互相扶持，讓孩子能在愛中成長，其果效是一生之久。

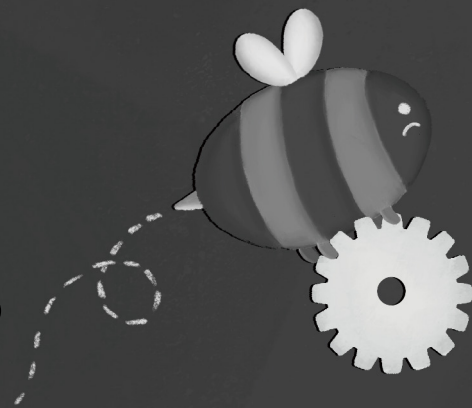
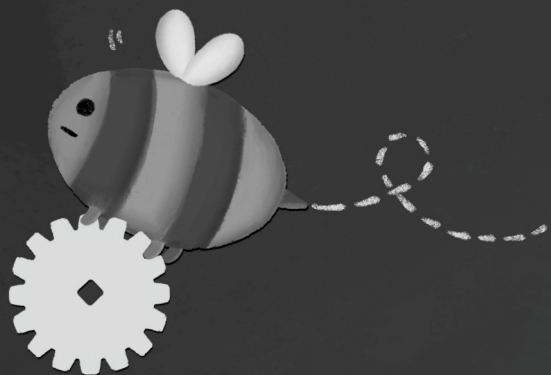
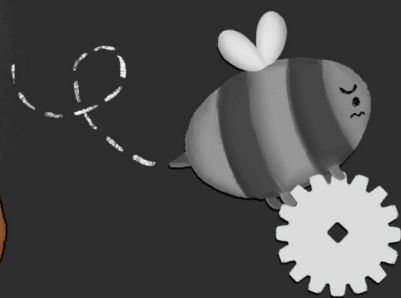
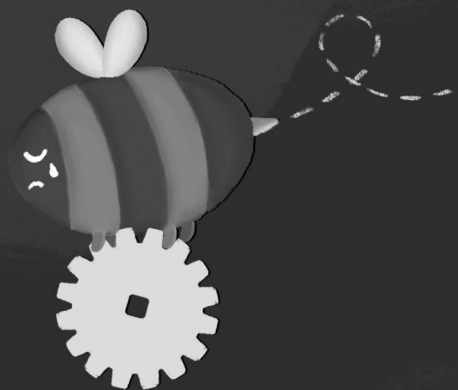


歡迎來到  
黑蚊蚊星球

樹窿兵團勇闖第二個樹窿，  
展開冒險旅程。



為什麼每個都  
垂頭喪氣？



飛天鼠出動夜視鏡，望望四周。

# 飛天鼠與螢火蟲仔細看看 .....

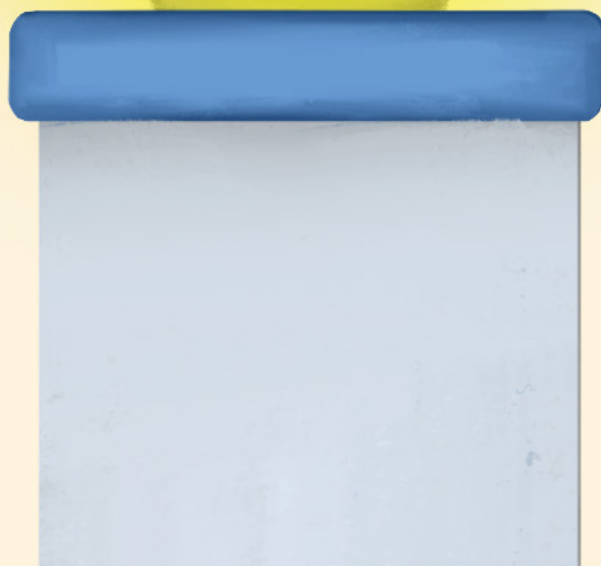


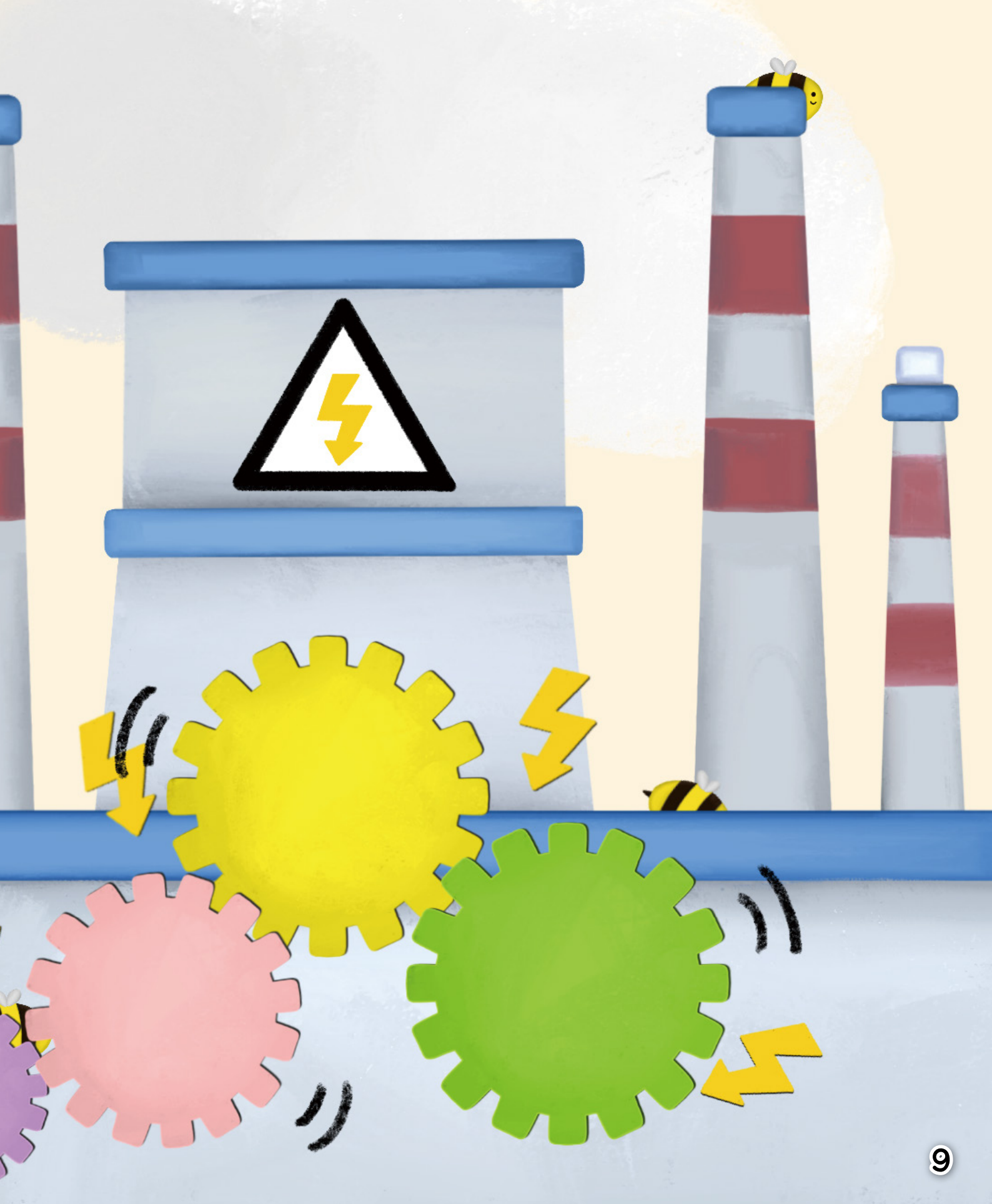
令你不開心的事 .....



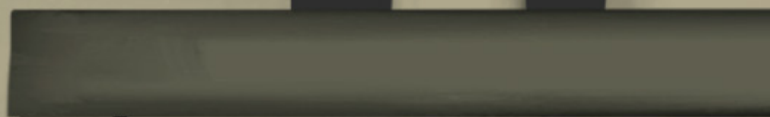
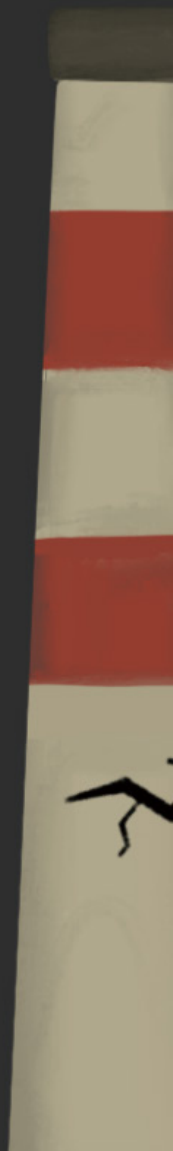


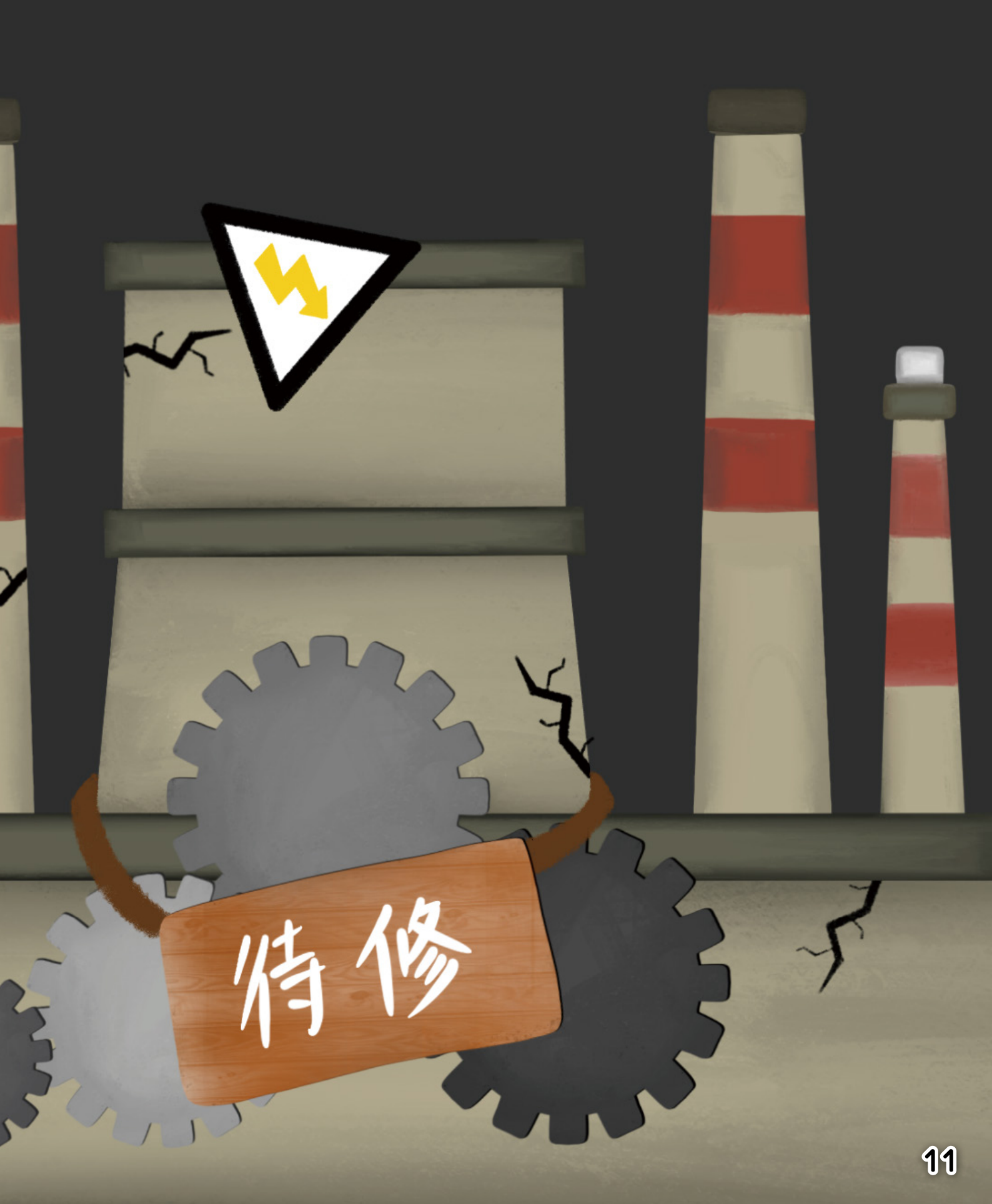
從前，這裡十分熱鬧。  
每位居民分工合作，  
令這個星球充滿活力。





有一天，  
工廠突然停止運作，  
四周漆黑一片。

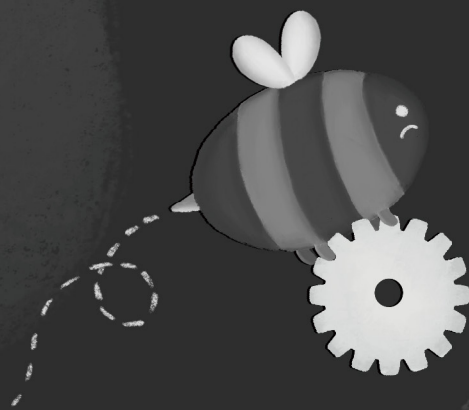




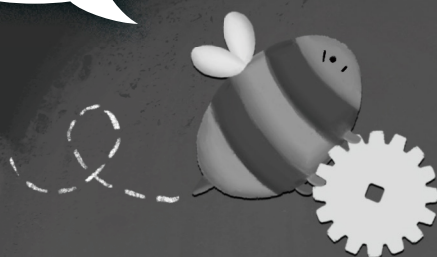
待修



這裡  
很冰冷！



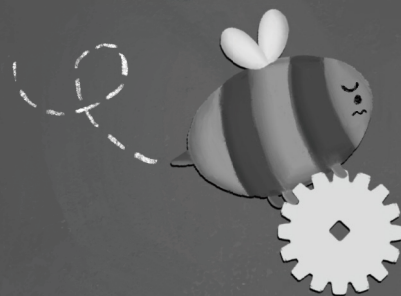
大家去了  
那裡？



有無人呀？



嗚……  
好黑呀！



**居民亦因此失散，  
牠們感到孤單寂寞。**



# 你不開心時.....

你的表情

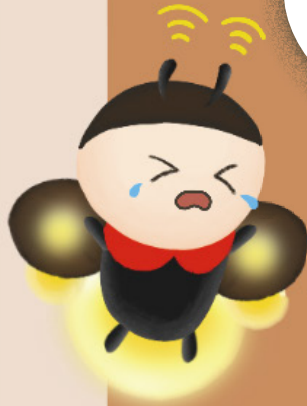
你的身體

你會做

你會說

幼稚園時 .....

其實，我不開心時，  
身體會發光。



小學時 .....

我見到其他人  
不開心，  
我又會發光。





今次螢火蟲  
身體再次發光。



我見到你啦！

好溫暖呀！

原來你一直  
都在這裡！

真係好啦！



# 當你感到不開心時， 你希望家人怎樣做呢？

## 抱抱你

喜愛度：☆☆☆☆☆

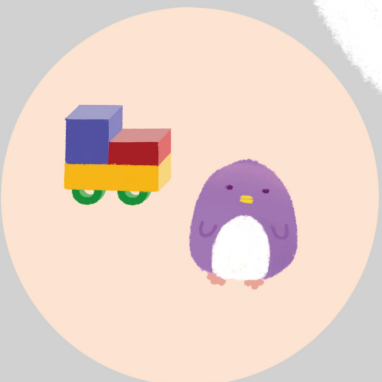


## 摸摸頭

喜愛度：☆☆☆☆☆



你希望：



## 陪你玩玩具

喜愛度：☆☆☆☆☆



對你說：「不要緊，  
盡情哭吧！我會陪住你。」

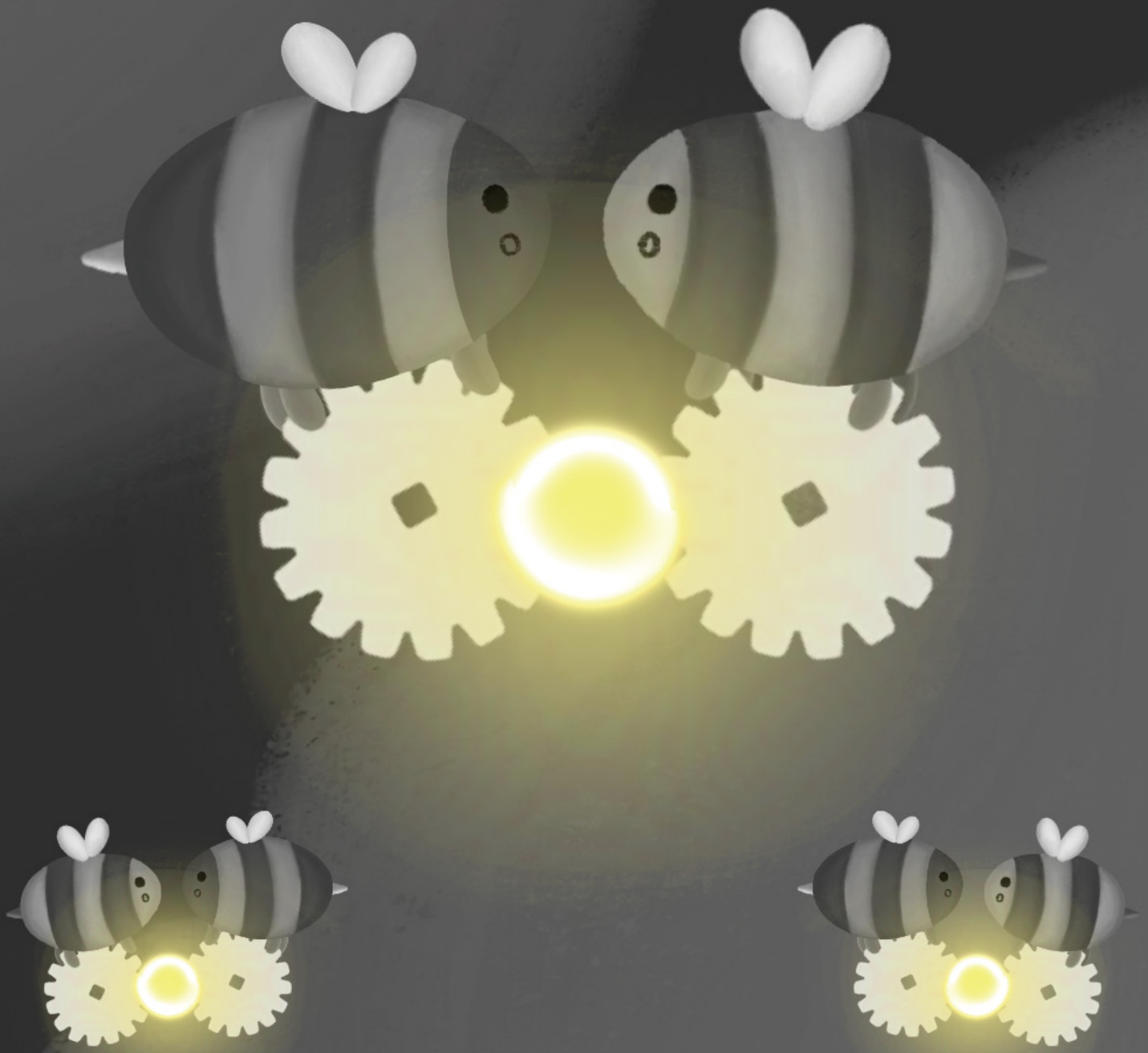
喜愛度：☆☆☆☆☆



兵團成員沿著光線發現螢火蟲。



其他居民都沿著光線聚集一起。



居民相遇時，奇妙的事情發生了……



原來，居民憤怒時會向火山怪倒熔岩發洩。

**兵團成員決定帶領居民返回工廠。**

細心的松鼠幫忙修理工廠。



牠們合力拉出卡在煙囪的石頭。







最後，星球回復光芒，  
兵團成員發現居民原來是小蜜蜂。  
小蜜蜂們努力建設更美好的星球。





每位家長都希望孩子天天開懷大笑，但情緒和天氣一樣，有時晴天，有時陰天，有時艷陽天，有時下雨天。其實情緒沒有好壞之分，只要找到調節的方法，不同的情緒也能帶給我們力量，面對生活上的各種挑戰。



## 孩子憂傷的時候，你會和他說……

NG

我數三聲！  
1…2…3  
不要再哭了！

Like

「我抱抱你！」

哭是舒發情緒的出口，如果常常封鎖孩子表達情緒的渠道，不單影響親子關係，也會讓孩子難以正面發展調節情緒的能力。

NG

你為什麼哭？  
發生什麼事呢？  
告訴我！  
告訴我吧！

Like

不要緊！  
慢慢來！

當孩子感到憂傷時，多數會先選擇沉默，也弄不清楚自己感到憂傷的真正原因。建議家長先陪伴孩子，讓他們感到有所依靠。當孩子心情平復時，如果他們願意，可鼓勵孩子逐步表達自己的情緒。


NG

你因為  
這種小事情  
不開心！？  
沒必要吧！

Like

原來是這樣！  
我知道你的傷心，  
我陪你休息一會！

有時大人認為是小事，卻是孩子的大事！孩子憂傷時，家長的陪伴可以讓他們感到被明白，知道憂傷是可以被允許及被接納的。



樹窿兵團兒童情緒繪本  
**螢火蟲與黑蚊蚊星球**

**督印** 黃敏信  
**創作** 社工 余彩金 蔡超婷 董俊駒  
**設計** Chiu Wing  
**出版** 明愛全樂軒  
荃灣西樓角路 1-17 號 13 樓 1302 室  
**電話** 3579 8015  
**傳真** 3105 0167  
**電郵** [rswltw@caritassws.org.hk](mailto:rswltw@caritassws.org.hk)  
**網頁** [www.rswltw.caritas.org.hk](http://www.rswltw.caritas.org.hk)

版權所有 · 不准翻印

國際書號 978-988-78423-3-0

版次：2021 年 3 月初版

樹窿兵團兒童情緒繪本系列：  
大嘴鳥與火火星球

樹窿兵團兒童情緒繪本系列：  
螢火蟲與黑蚊蚊星球

樹窿兵團兒童情緒繪本系列：  
松鼠與機關星球

樹窿兵團兒童情緒繪本系列：  
飛天鼠與??星球



## 螢火蟲與黑蚊蚊星球

Soul Fit兒童智Fit健康菜單系列

森林內有一顆千年老樹，樹頂不斷冒出濃密的黑氣，樹葉已經枯黃凋零。老樹幹藏著四個神秘陰森的樹窿，老樹斷定樹窿裡有「東西」作怪，於是設法想抓出樹窿裡的「東西」。就在此時，黑氣老樹遇上四隻性格不同，又充滿好奇心的小動物，牠們決定組成「樹窿兵團」，穿梭各個樹窿，為老樹探個究竟，開展不可思議的「情緒探索之旅」。



**羅乃萱**  
家庭發展基金總幹事

情緒，從來不是一頭大惡魔，而是躲在我們心靈某角落一位害羞的小朋友。就讓我們透過這些生動有趣的動物故事，向孩子介紹這位朋友，好好認識她，接納她，並懂得安撫她，與她溝通，好嗎？



**陳倩揚**  
藝人

孩子的視覺往往比成年人清徹，心思細膩，情感時而豐富時而脆弱。我們卻往往因為生活上各種忙碌而忽略了關心孩子的世界。讓我們蹲低一點，多從孩子的視覺看事情，多從他們的角度出發，感受小小心靈承受著的高低起伏，只要他們願意，就當他們一輩子的、值得信任的樹洞吧！



主辦



明愛全樂軒  
Caritas Wellness Link  
Tsuen Wan

贊助



Save the Children  
救助兒童會