

2025

親子閱讀講座

Paired Reading Talks



童閱·同行



Reading Together · Growing Together

講題

「用繪本接住 情緒：親子共讀中的 情緒對話與成長」

透過精選繪本，引導家長如何與
孩子共讀，幫助他們認識和處理
情緒，促進親子間的情感交流
與成長。



李佩鈴 博士

(香港大學幼兒教育及特殊教育
學士學位課程總監)

11月29日 (星期六)

下午3時至4時30分

屏山天水圍公共圖書館
(推廣活動室)



講者簡介:

李佩鈴博士現任香港大學幼兒教育及特殊教育學士學位課程總監，並擔任香港大學教育學院溝通、學習與發展學部高級講師，專注於幼兒教育、特殊教育及幼兒發展領域的研究與教學。李博士擁有豐富的學術背景與實務經驗，曾擔任幼稚園校長，並具備註冊幼稚園教師及幼兒工作人員資格，且接受過特殊幼兒工作人員專業訓練。現任東華三院幼兒學校獨立校董、行政長官卓越教學獎督導委員會委員、課程發展議會幼兒教育委員會主席及語文教育及研究常務委員會(語常會)當然委員，並曾獲得香港大學教育學院頒發的「新進教師教學獎」及「知識交流獎」，展現其在教育領域的專業與影響力。

館藏作品選介:

索書號

菲力的17種情緒 / 迪迪耶·李維文；法畢斯·杜立爾圖；高郁茗譯。 173.1 7454
台北市：米奇巴克有限公司，2023。

跌倒了，沒關係 / 陶德·帕爾文圖；張杏如譯。
台北市：上誼文化實業股份有限公司，2016。

JJ 1077



用繪本接住情緒：親子共讀中的情緒對話與成長

在孩子的世界裡，情緒像是一場突如其來的雷陣雨，有時晴朗歡笑，有時烏雲密布。面對這些起伏，家長常苦惱如何引導孩子認識與表達感受。其實，一本好的繪本就像一把溫柔的傘，能接住孩子的情緒雨滴，而親子共讀的時光，正是開啟「情緒對話」的最佳契機。以下將透過三本精選繪本，分享如何透過故事與孩子建立情感連結，並在對話中陪伴他們成長。

一、當孩子不安時，用「無條件的愛」接住他

孩子對父母的愛，往往藏著小心翼翼的試探：「如果我犯錯了，你還會愛我嗎？」

- 《如果我不乖，媽媽你還愛我嗎？》中的孩子，總擔心自己不夠好就會失去媽媽的愛。這份不安，反映了孩子對「安全感」的渴望。

給家長的共讀心法：

當孩子表現出不安或試探時，與其急著說教，不如先透過故事接納他們的情緒。共讀後可以堅定地告訴他：「就算你發脾氣、犯錯，我還是愛你。」讓孩子知道，父母的愛沒有條件，只有永遠的接納。

二、當手足競爭或父母忙碌時，用「陪伴」重建安全感

現代家庭中，父母忙碌或手足競爭常讓孩子感到被忽略。

- 《我要離家出走囉》中的媽媽，用對孩子的肯定、愛和陪伴重新填滿大孩子的安全感。

給家長的共讀心法：

共讀時，可以和孩子討論：「你覺得爸媽太忙時，心裡是甚麼感覺？」並引導孩子表達需求，例如：「下次你希望我陪你做甚麼？」。同時，家長也需練習「質重於量」的陪伴，例如每天15分鐘專注的親子遊戲，遠勝過心不在焉的一小時。

三、當衝突發生時，用「非暴力溝通」搭建對話橋樑

孩子的情緒常以哭鬧、爭執來表現，是因為他們還不懂如何「好好說話」。

- 《我會好好說》透過「發言棒」和深呼吸的示範，教孩子先冷靜，再以「我覺得……因為……」的句式表達感受，而非指責他人。

給家長的共讀心法：

共讀後，可以和孩子進行角色扮演，例如模擬搶玩具的情境，輪流使用發言棒說出感受。家長也要以身作則，當自己情緒來臨時示範深呼吸，並對孩子說：「媽媽現在有點生氣，需要先冷靜一下。」讓溝通成為雙向的學習。

結語：讓繪本成為親子藏寶圖

每一本繪本，都是通往孩子內心世界的藏寶圖。許多家長擔心：「我不太會說故事，這樣有效嗎？」其實，共讀的重點不在於朗讀技巧，而在於「真實的情感流動」。當我們放下「教導」的壓力，轉而與孩子並肩探索故事中的情緒密碼，親子之間的理解與接納便能自然流淌。記住，我們不需要成為完美父母，只需成為孩子心中，那個願意「接住他所有情緒」的安心港灣。