

國小高年級學童情緒療癒閱讀之質化研究

A Qualitative Study on Emotional Healing Reading for Senior Elementary School Students

陳 書 梅

Chen Su-may Sheih

國立臺灣大學圖書資訊學系教授

Professor, Department of Library and Information Science,

National Taiwan University

E-mail: synn@ntu.edu.tw

程 書 珍

Shu-Chen Cheng

國立臺灣大學圖書資訊學研究所碩士

Master, Department of Library and Information Science,

National Taiwan University

E-mail: p93126005@gmail.com

【摘要 Abstract】

即將步入青春期的國小高年級兒童，具有各種心理發展特徵，復以現代社會多元的壓力與日俱增，易導致兒童衍生情緒困擾問題，並產生憤怒、沮喪、挫折感等負面情緒。此際，藉由閱讀情緒療癒素材，則可協助兒童平復混亂情緒，從中尋求問題的解決之道，藉此促進當事者之身心健康。為了解國小高年級學童之情緒療癒閱讀行為，研究者採用半結構式深度訪談法，針對臺北縣市的兒童、家長及老師共 30 人進行訪談，從而探究兒童常見之情緒困擾問題類型、其遭遇情緒困擾時所閱讀之圖書類型，及獲得情緒療癒素材的管道。研究結果顯示，兒童的情緒困擾問題主要來自家庭、學校及個人等方面，而常閱讀之情緒療癒素材包含漫畫、小說、繪本與兒童故事等。至於獲得情緒療癒素材的管道，則係由家長或兒童自行購買、向他人借閱、至班級圖書櫃或圖書館借閱，以及至書店或租書店閱讀等方式。

Senior students of elementary schools are going through the phase of a physical and mental transition from childhood to adolescence. They may suffer from some emotional disturbances resulting from the transition and

are hence easily inflicted by negative emotions such as anger, depression, and frustration. Reading is one of the various ways that may help children in this phase maintain their emotional balance. Through their approaches to some reading materials that may provide emotional healing effects to certain degree, children may figure out possible explanations and solutions for their emotional disturbances. To recognize the patterns of children's emotional healing reading behavior during this phase, our study conducts semi-structured in-depth interviews with 30 research subjects from Taipei City and Taipei County, including senior students in elementary schools, parents, and teachers. The findings reveal that family, school, and personality are the key factors related to children's common emotional disturbances. Comics, fiction, picture books, and stories are the main types of children's emotional healing reading materials when they encounter emotional disturbances. The main access from which children acquire these reading materials includes purchase—whether by their parents or by themselves, borrowing from friends or libraries, reading in bookstores, and book rentals.

關鍵字 Keyword

發展性兒童書目療法 情緒療癒 療癒閱讀 國小高年級學童

Developmental bibliotherapy with children ; Emotional healing ; Healing reading ;

Senior elementary school student

壹、前言

在社會變遷的影響下，生活中的多元壓力與日俱增，兒童與成人同樣會遭遇各種適應問題與挑戰。尤其，即將步入青春期的國小高年級兒童，身心狀態均有所轉變，隨之而來的情緒困擾也相對增加，其面對諸如人際關係、自我概念等方面的問題時，往往會產生憤怒、沮喪、挫折感等負面情緒。相關研究發現，相較於低年級兒童，高年級兒童出現負面情緒的比例明顯較高，且常採發洩方式處理個人的憤怒感(陳永和，2003)。財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會於2011年「兒少心聲調查報告」指出，有七成以上的兒童與青少年，在生活中承受諸多壓力，而壓力感源自於社會治安不佳、校園霸凌、以及課業壓力沉重等因素(許純鳳，2011)。長期以往，可能對當事者的生理、情緒、思考、行為及人際關係等層面造成負面影響(林冠儀，2013)；因此，如何培養兒童正向面對情緒困擾問題的能力，協助其身心之健全發展，實乃值得吾人重視的議題。

事實上，國小高年級兒童在面對負面情緒時，會透過運動、聽音樂、看書等方式紓解情緒(趙曉美，2009)。而相關文獻(陳書梅，2008；Doll & Doll，1997)即指出，閱讀可隔絕現實對當事者的影響，且優良的閱讀素材不僅兼具知識性、教育性之功能，更具有舒緩情緒與心靈療癒之作用。尤其，對兒童讀者而言，符合個人閱讀能力的文學作品不僅可增進知識，當事者更可藉以抒發情緒，此即發展性兒童書目療法(developmental bibliotherapy with children)的應用。換言之，兒童在遭遇情緒困擾問題時，可透過閱讀相關之情緒療癒素材，使得自身暫時脫離現實中不愉快的情境，協助個人紓解負面情緒，並藉由閱讀素材中人物所遭遇的問題，省思

與自身相似的經驗，進而學習解決問題的方式(施常花，1988；陳書梅、盧宜辰，2005；鄭瑞菁，2005)。

發展性兒童書目療法在國外已行之有年(Baruchson-Arbib,1996)，然而，目前國內圖書資訊界卻仍鮮少針對兒童情緒療癒閱讀之實證研究。因此，研究者乃嘗試以半結構式深度訪談法(semi-structured in-depth interview)，針對臺北縣(今新北市)與臺北市的兒童、家長及老師進行訪談，探討國小高年級兒童常見之情緒困擾問題、其遭遇情緒困擾時所閱讀之圖書類型，及獲得情緒療癒素材的管道。期冀藉由本研究，幫助國小高年級學童的父母與教師，以及如學校圖書館、小學輔導處室等相關單位，進一步了解兒童之情緒療癒閱讀行為，並將之作為未來協助兒童身心健康發展的參考。

貳、文獻探討

一、兒童心理發展特徵及其情緒困擾問題類型

國小高年級學童的年齡約為10至12歲，從人類發展的角度來看，此階段的兒童正處在認知心理學家皮亞傑(Piaget)發展階段論的具體運思期(Concrete operation)，是建立邏輯性思考的重要階段(劉金花，1999)。綜整相關文獻可知，此階段之兒童心理發展特徵是多樣化的，其自我概念益形複雜，開始學習自我紀律、培養自信與能力，能以不同的角度看問題，且對人具有同理心(巴巴利亞，2001／張慧芝譯，2001；陳國眉、洪福財，2001；Schultheis,1972)；此外，其會嘗試在社會情境中規約自己的情緒表達，在意他人的觀感，甚至對來自他人的批評相當敏感，並追求同儕團體的支持與贊同。若兒童順利獲得他人認同，即可促進個人的自信，但連續的挫折經驗則可能使兒童衍生過度沮

喪、焦慮、痛苦、社會退縮、自我貶低等情緒反應(劉金花, 1999)。

兒童福利聯盟文教基金會(以下簡稱兒福聯盟)於 2013 年之調查即發現, 有近三成兒童認為自己常被父母師長拿來比較, 並覺得比不上別人, 因此對自己缺乏信心, 進而產生負向的自我認同, 甚或感到不快樂、孤單、寂寞(兒童福利聯盟文教基金會, 兒福聯盟, 2013)。此外, 臺北市李彥秀議員研究室 2006 年進行臺北市國小高年級學童及家長身心壓力調查, 調查結果顯示, 課業、家長問題及兄弟姐妹間之關係乃是臺北市高年級學童身心壓力之前三名(馮復華, 2006)。而趙曉美(2009)之研究指出, 高年級兒童負面情緒之來源, 共包括同儕衝突與壓力、學習壓力、與教師衝突、親子衝突與家庭內在壓力、及個人特質與壓力等五個面向。

綜整上述文獻可知, 國小高年級學童有其獨特且複雜的心理發展特徵, 而造成當事者感受到情緒困擾的壓力源, 則主要來自於家庭、學校及個人等方面。其中, 面對父母管教問題與學校課業問題等, 易使兒童感受到心理上的負擔加劇, 同時, 由於兒童需要在團體中的隸屬感, 同儕扮演的角色益發重要, 常衍生成人際關係方面的情緒困擾問題; 此外, 在建立自我概念的過程中, 因個人特質或常與他人進行比較的結果, 亦可能導致兒童產生信心低落的負面認知。

二、發展性兒童書目療法的內涵

書目療法乃是心理治療的輔助方式之一, 其係運用具有情緒療癒效用之閱讀素材, 協助個人平復混亂情緒, 從中尋求問題的解決之道, 進而促進身心健康。其中, 兒童書目療法之所以能使讀者獲致情緒療癒的效用, 根據書目療法學者專家的看法, 乃是由於兒童與其所閱讀素材之內容發生共鳴, 產

生認同(identification)、淨化(catharsis)與領悟(insight)等心理歷程(施常花, 1988; 陳書梅、盧宜辰, 2005)。而在各類型的書目療法中, 有保健性書目療法(hygienic bibliotherapy)之稱的發展性書目療法(developmental bibliotherapy), 則係以非臨床醫學的方式進行, 適用於在生活中遭遇情緒困擾問題之一般讀者。

相關文獻(Cornett & Cornett, 1980; Keats, 1974)指出, 發展性兒童書目療法可使當事者產生情緒及認知方面的正面影響、並培養兒童解決問題的能力、協助其社會化, 以及促進人際關係等。具體而言, 發展性兒童書目療法, 乃是當兒童經歷情緒壓力、憂傷或不適應環境等問題時, 針對其個別情況, 由對素材有深入瞭解之專業人士, 有目的及計畫地為兒童提供合適之圖書資訊資源, 以幫助當事者在閱讀的過程中, 紓解情緒壓力、解決心理困擾, 並找出適當的解決方式, 同時, 亦可激發兒童新的認知態度與行為, 對於兒童人格發展、情緒困擾及造成他人困擾之行為等情況, 皆能產生正面效果。

三、發展性兒童書目療法閱讀素材之選擇原則與類型

素材是施行發展性書目療法的媒介, 而優良的素材有利於情緒療癒閱讀的進行, 因此, 閱讀素材在書目療法中扮演極重要的角色。為使兒童書目療法有效達致其緩解讀者負面情緒之目的, 施行者或兒童本身有必要謹慎地選擇合適的閱讀素材(王萬清, 1999)。首先, 必須從兒童的實際年齡及情緒年齡考量是否適用該閱讀素材; 例如, 素材的內容與文字難易度, 須符合當事者的閱讀程度與認知能力, 且一般而言, 兒童對文字的理解與認識有限, 較無法長時間集中注意力, 因此在選擇情緒療癒素材時, 應挑選內容用詞淺顯易懂者, 方能確保兒童

讀者理解作品內容(Pardeck & Pardeck, 1993)。此外，選擇素材時，亦須注意閱讀素材的長度。相較於其他文類，篇幅短的作品所需之閱讀時間較少，而讀者亦較易集中精神閱讀，並於讀後進行省思(施常花，1988；Rubin, 1978)。

其次，按兒童個人的心理發展狀況，閱讀素材的主題須符合當事者的需求及興趣(王萬清，1999；Hynes & Hynes-Berry, 1986; Pardeck & Pardeck, 1993)。學者專家指出，閱讀素材需能傳達與兒童相同的感覺或心情，但由於兩性所關心的主題或有不同，因此施行者需注意不同性別的個別需求。另一方面，閱讀素材的標題亦須能引起兒童的注意，甚或以顏色的搭配吸引讀者眼光；倘若不能引發兒童閱讀該素材的興趣，自然無法達到療癒的效果。在素材內容上，其詞彙宜富趣味性，以吸引兒童持續閱讀。此外，素材必須具有啟發心智、解決心理困擾的作用，其故事內容能引導兒童讀者繼續探索、發現新的觀念，或隨著閱讀素材的情節，激勵讀者的意志(王萬清，1999；Pardeck & Pardeck, 1993)。歸納各學者的意見可知，選擇閱讀素材時，須根據兒童個人的閱讀能力，考量素材的難易度與內容長度，且主題應符合當事者需求，同時亦能引起閱讀興趣，而素材本身須具有啟發性、能引導兒童產生新的想法觀念，並激發正面的行為態度。

情緒療癒素材並不侷限於書籍，舉凡符合上述選擇原則者，皆為發展性兒童書目療法可運用之素材(陳書梅、盧宜辰，2005)，而兒童常使用之情緒療癒圖書包含漫畫、小說、繪本、兒童故事等。一般而言，市面上常見的漫畫乃是透過分鏡手法敘述完整故事的多幅繪畫作品，畫風往往較為精緻寫實，且題材多元。而由於漫畫具有融合圖像與文字的特色，且無艱澀的文字、取得方便、容易閱讀，因此，長久以來漫畫深受兒童的歡迎(李淑汝，

2001；林振茂，2002；莊雅雯，2003)。蘇蘅(1994)指出，漫畫可以提供讀者一個情緒發洩的管道，協助紓解日常生活壓力。

至於兒童小說，則係依據兒童之心理需求及理解能力，細膩刻劃人物的故事，具有兒童性、真實性，同時亦能深入描述情節，多以國小高年級學童為主要讀者(林文寶、徐守濤、陳正志、蔡尚志，1993)。小說可使兒童經由認同故事中人物的經歷，認清自己的問題，進而使情緒獲得紓解，是一種優良而使用較廣的兒童書目療法閱讀素材，且無論是歷史、推理或科幻類型的小說，只要能吸引兒童的注意力，皆能引導兒童跟隨故事中人物的個性、遭遇、解決問題的心思，而獲致新的經驗，從而滿足個人內心渴望的需求，並激發面對挑戰的力量(王萬清，1999；林文寶等，2007；施常花，1988)。

而繪本亦稱圖畫書，張湘君(1993)指出，繪本係以圖畫為主、文字為輔，甚至無文字、全是圖畫的書籍。繪本在兒童早期角色社會化的過程中，扮演一個重要的媒介，兒童可經由閱讀而認同繪本中的角色、活動型態及情境，進而將之與生活情境結合，而獲得情緒的抒發與處理問題的方法(徐嘉政、陳薇后，2000；Weitzman, Eifler, Hokada, & Ross, 1972)。除上述的素材類型之外，兒童故事亦為常見於兒童情緒療癒之閱讀素材。兒童故事泛指適合兒童閱讀賞析的敘事作品，篇幅較小說為短，故事中包含生動的角色人物，其故事情節有如發生在當事者自身周遭，容易激發兒童認同與共鳴，是兒童所喜愛的另一種文體(林文寶等，1993)，亦是廣泛應用於兒童書目療法之閱讀素材(王萬清，1999；施常花，1988)。

參、研究設計與實施

本研究旨在探討國小高年級學童的情緒困擾

問題、其遭遇情緒困擾時閱讀的圖書類型，以及取得情緒療癒圖書之管道。以下茲分述本研究之研究方法、研究對象、研究實施之程序、以及研究者如何分析與整理資料。

一、研究方法

由於國內鮮少施行發展性兒童書目療法服務的學校圖書館與公共圖書館，大部分的兒童讀者與父母師長對此議題甚為陌生，因此，研究者乃採用半結構式深度訪談法，以探討本研究之研究目的。半結構式深度訪談法具有讓受訪者自由抒發其內心感受、引導訪談聚焦於研究的議題，以及訪談過程用詞與問題順序具彈性等優點，因而更能深入了解受訪者對新穎議題的認知與內心的真實想法。同時，研究者根據文獻分析結果與受訪者的不同身分，擬訂開放式的訪談大綱。訪談大綱主要分為四部分，包含個人資料、兒童情緒困擾問題類型、兒童遭遇情緒困擾問題時所閱讀圖書之類型，以及其取得圖書之管道。

二、研究對象

為達本研究之目的，復緣於研究者之地緣限制，研究者乃以立意取樣(purposive sampling)的方式，尋找居住於臺北縣或臺北市之 10 歲至 12 歲之國小高年級學童，且每週至少使用公共圖書館一次者為研究對象。此外，由於父母對兒童之閱讀行為有重要的影響(許淑雲，2009)，而國小教師又與兒童長時間相處，是故，研究者亦將家中有 10 歲至 12 歲兒童之家長，以及曾任教於臺北縣或臺北市之國小高年級教師納入訪談對象中，試圖藉由兒童、父母、師長的多元角度，了解常見之兒童情緒困擾的問題類型及其閱讀情緒療癒閱讀素材之類型與取得管道。

研究者透過人脈關係尋找符合上述條件之兒童，並於徵求家長同意後進行訪談。而家長及教師的部分，亦採與前述相同之方式，尋求符合資格之受訪者，於受訪者同意後寄發研究邀請函，並以電話或電子郵件約定時間訪談。其後，研究者再使用滾雪球法，請受訪者推薦符合資格者參與研究。

本研究總計訪談 30 位受訪者，包含前導研究之兒童、家長、教師各 2 位。訪談資料中，受訪兒童居住在臺北縣市者各有 5 位，其中包括甫自國小畢業之兒童；其中，以年齡論，10 歲 2 位，11 歲 1 位，其餘兒童為 12 歲。以性別論，男童 4 位，女童 6 位。至於 10 位受訪家長中，居住臺北縣市者亦各有 5 位，9 位為母親，僅 1 位父親接受訪談；依職業別論，教師有 2 位，公務員有 5 位，家庭主婦者有 2 位，1 位為服務業。接受訪談教師共 10 位，以任職學校地點論，臺北縣與臺北市各 5 位。以性別論，其中男教師有 2 位，有 8 位女教師；以任教於高年級班級的年資論，最資淺的教師任教 1 年，最資深的教師任教達 25 年之久。以教師年齡論，最年輕的教師為 27 歲，最年長的教師為 57 歲。

三、研究實施

研究者首先廣泛蒐集國內外兒童書目療法相關資料，將取得的文獻資料，依據研究主題整理，做為資料解釋與分析之基礎。其次，再根據文獻及研究目的，擬訂訪談大綱，其後進行前導研究，以確定研究結果能達成研究目的。前導研究於 2007 年七月上旬進行，在訪談結束後，由於訪談大綱內容可契合研究主題，故無進一步修正，且因前導研究 6 位研究對象對於各研究問題，皆能充分表達其經驗及看法，頗具研究分析價值，故皆將之納入分析。正式訪談則於同年七月中旬至下旬進行，共訪

談 24 位受訪者，訪談時間約 30 分鐘至 60 分鐘。在正式訪談進行前，研究者先透過電話或電子郵件聯絡受訪者，將訪談大綱以電子郵件寄予受訪者。之後，研究者以面對面方式進行訪談，並在得到受訪者同意的前提下全程錄音，以利後續的資料整理與分析工作。

四、資料整理與分析

訪談結束後，研究者隨即將錄音內容謄錄為文字形式的訪談紀錄，同時註明受訪者基本資料、受訪者編號、訪談地點、及訪談時間，並將段落編號加入訪談逐字稿中，作為研究分析之用。其中，受訪者基本資料之「代碼」係依不同受訪對象英文字義之第一個字母及訪談順序編成，以大寫字母 C 表示受訪兒童，以 P 表示受訪家長，以 T 表示受訪教師。在逐字稿之分析上，研究者乃運用內容分析法(content analysis)(Emmert & Brooks, 1970; Weber, 1990)，以研究目的及訪談大綱為主軸，檢視每篇訪談紀錄，分析關鍵字與主題，並使用底線標明與研究問題相關之特徵，再進行綜整及歸納。引用的訪談紀錄皆註明受訪者編號及段落編號，例如，第 5 位受訪兒童的逐字稿段落 18，即標示為 C05：18。

肆、研究結果分析

以下茲根據訪談結果，分析國小高年級兒童常見之情緒困擾問題、其遭遇情緒困擾問題時閱讀圖書之類型，以及取得所閱讀情緒療癒圖書之管道。

一、國小高年級學童遭遇情緒困擾問題之類型

研究者綜整訪談資料，將兒童、家長與老師所提及之學童情緒困擾問題類型，歸類為家庭、學校

及個人等三個面向。以下分述之。

(一)家庭面向

在家庭面向中，造成國小高年級學童負面情緒的因素包含有管教問題、手足相處、父母失和以及重大變故等四種。

1. 管教問題

若兒童認為家長的管教不合理、對其提出過多的限制與課程活動，或者學習成績未達父母的理想，兒童即易產生負面情緒。本研究的 10 位受訪兒童中，計有 6 位表示，遭家長責罵或父母要求過多等管教問題，係導致個人產生委屈、煩躁感的原因之一。如受訪者 C01、C02 所言：

...媽媽心情不好亂罵人的時候，覺得很委屈啊...我又沒有做錯什麼事...(C01：11)

...功課做完還要繼續看課本，不能玩電腦，會覺得很煩...」(C02：11)

同時，亦有 5 位受訪家長表示，孩子因不做家事或尚未完成學校作業而遭父母責罵，以及家長限制其遊戲時間等管教問題，皆係兒童情緒不佳的原因之一。受訪者 P01、P02 提及：

...要她做家事或去做功課都不動，那時候被爸爸媽媽罵就會心情不好。(P01：16)

...通常沒有電動可以打的時候，他就會心情不好，因為我不讓他打電動...(P02：21)

此外，有 2 位受訪家長則認為，父母期望過高或安排兒童不願參與的活動，亦是造成兒童負面情緒的原因之一。受訪者 P03、P10 說明：

...我們對他要求比較多的時候(就會心情不佳)，比如說課業之類的...(P03：18)

…平常會安排一些補習活動，假如說安排他不想上的課，他就會不開心…(P10：19)

另有 1 位受訪家長提及，父母未履行承諾亦會導致兒童產生負面情緒，如受訪者 P06 所言：

…原本答應他的事，事後又反悔，就是父母未說到做到，也會讓他不開心，比如說原本說好要去吃麥當勞，後來又沒去之類的…(P06：17-18)

有 2 位受訪教師認為，遭父母或教師責罵，係兒童情緒困擾的來源。如受訪教師 T05 說道：

…或者是被家長罵、老師罵等等，大概就這些…(T05：11-12)

2. 手足相處

兄弟姐妹間彼此吵架、爭搶物品等問題，常為導致兒童產生憤怒、厭惡、煩躁等負面情緒的原因。本研究之 10 位受訪兒童中，有 5 位表示，手足間的相處問題為造成其感到情緒困擾的原因之一。C01、C04 提及：

…跟姐姐吵架的時候，會很生氣…(C01：11)

…弟弟在欺負弟弟的時候，因為比較小的弟弟會叫，覺得很討厭、很吵，就很受不了…(C04：11-12)

在家長的認知中，則有 1 位受訪家長認為與兄弟姐妹爭吵、爭搶物品等相處的問題，係影響兒童情緒起伏的原因之一。如 P07 說明：

…跟哥哥吵架啊，大概這些。或是跟哥哥搶著要玩一個東西，一個玩具或是一本書啊，搶不到就哭鬧啊…(P07：13-14)

此外，有 1 位受訪教師亦提及，與兄弟姐妹間的互動，係影響兒童情緒起伏的原因之一。受訪教師 T08 表示：

…跟兄弟姐妹間相處的狀況…小朋友比較會反應出來…(T08：12-13)

3. 父母失和

父母失和亦為導致兒童情緒低落之原因，如看見父母吵架，或擔心父母離異等狀況，而在心中產生不安全感。受訪兒童 C10 即表示，倘若父母之間產生齟齬，會對其情緒造成負面影響。其所述如下：

…會讓我心情不好的事很多耶…爸媽吵架…我就會覺得心情不好…(C10：11-13)

同時，雖家長皆未表示「父母失和」為兒童情緒困擾的原因之一，但與兒童朝夕相處的教師，則有 4 位受訪者認為父母的相處問題亦為造成兒童情緒困擾的因素之一。如 T01 及 T02 提及：

…家庭爸爸媽媽吵架，這個是蠻大的原因，都會反應在(兒童的)行為表現上…(T01：12-13)

…比方說父母失和啊，擔心父母離婚之類…多多少少也會影響啦…(T02：20-22)

4. 重大變故

在本研究中，皆未有受訪兒童或家長提及家庭發生重大變故，對兒童情緒造成的影響；然而，有 1 位受訪教師指出，若孩童的家中遭遇重大變故，如父母往生等，其情緒上即會明顯起伏，顯見此亦為造成兒童情緒低落的原因之一。如 T04 表示：

…父母往生啊，情緒上會很明顯地反應出來…(T04：12)

(二)學校面向

依據訪談資料，兒童在學校所遭遇的情緒困擾問題，主要來自於與「同儕關係」、「課業問題」及「教師因素」等。

1. 同儕關係

國小高年級兒童因同儕關係而衍生之情緒困擾問題，包括與朋友發生衝突、感到被同儕團體冷落等。本研究之受訪兒童中，有 4 位即表示，與朋友發生衝突、在學校受欺負，或是朋友的刻意冷落等問題，是造成其情緒低落、心裡不舒服等負面情緒來源之一。C08 與 C10 所述如下：

…在外面被別人欺負，會心裡覺得不舒服…(C08：11)

…在學校同學之間吵架，會讓我心情不好…同學不和我說話會讓我很難過…(C10：11-12)

在受訪家長中，有 2 位家長則指出，同儕間的相處會對兒童的情緒產生高度影響，倘若在學校遭受霸凌，更可能導致兒童情緒低落。受訪者 P03、P04 說明：

…被別人欺負，也會讓他情緒不好…(P03：15)

學校同學間影響他們心情起伏滿大的…(P04：21)

同時，亦有 7 位受訪教師認為，遭同學嘲笑、與同學發生衝突、被同學霸凌等同學間相處之同儕問題，是造成兒童情緒困擾的原因之一，如 T03、T05、T09 皆提及：

…比如說同學不理她什麼的，像我前一陣子看一個女生就上課在哭，我就問她為什麼在哭，她就說誰誰誰他們都不理我…(T03：15-17)

…大部分都是同儕，比如說和同學相處不好被欺負…(T05：11-12)

…比如說他們被同學嘲笑，或者是體育課的時候發生衝突，感情上的問題，比如喜歡的人不喜歡他…(T09：11-12)

2. 課業問題

在 10 位受訪兒童中有 3 位表明，如考試成績不佳，或是完成作業後仍必須複習功課，因此無法從事休閒娛樂活動，即可能會使其感到沮喪、產生心理壓力，係造成情緒低落等情緒困擾的原因之一，如 C02 與 C06 表示：

…考試考不好…會覺得很沮喪…(C02：11)

…壓力比較大的話會心情不好，通常都是課業壓力…(C06：11)

本研究中，並未見受訪家長認為「課業問題」會造成兒童心情低落；另一方面，10 位受訪教師中則有 3 位認為，考試成績不理想、課堂作業繁重等問題，乃是兒童負面情緒之來源。T05、T10 所述如下：

…或是今天考不好啦、作業太多等等…(T05：12)

…大部分心情不好，可能是成績不合家長的意，或家長的理想，尤其是考試前後…(T10：11-12)

3. 教師因素

在學校教師方面，遭受教師責罵，或不適應教師的教學方法等，皆是使兒童產生委屈、沮喪等負面情緒的原因。本研究之 2 位受訪兒童即表示，教師是使其衍生負面情緒的原因之一。如 C05、C10 所述：

…在學校又沒怎麼樣…被老師罵，覺得自己很委屈…(C05：11)

…學校老師的教學方法不適合我，也會讓我很沮喪…會覺得上課好無聊…(C10：11)

有 1 位受訪家長亦提及，在學校遭教師誤會而受責罵，孩子會因此感到委屈，衍生負面情緒。如 P03 說道：

…他可能沒有調皮搗蛋，老師可能是誤會他而被教師罵，會覺得自己很委屈…(P03：11)

在本研究中，亦有 2 位受訪教師表示，在學校遭教師責罵易使兒童產生負面情緒。如 T03 所言：

…或是說被老師責罵，這個都會讓他心情不好，很容易的…(T03：13-14)

(三)個人面向

倘若國小兒童對個人抱持較高的自我要求，即可能感受到負面情緒。在本研究中，有 1 位受訪家長指出，有些兒童本身對自我的要求較高，當無法達到個人設立的目標時，即易造成其情緒低落。如 P09 提到：

…想達到她想要的目的，像跆拳道她想達到某個成績，假如沒有達到的話，她就會很 sad…(P09：15-16)

此外，國小兒童對自我的概念往往來自外界的評價，有 1 位受訪教師即表示，同儕針對其個人外貌的嘲笑，易使兒童產生自卑的心理，並因此感到情緒低落。如受訪教師 T03 提及：

…外表如果被取笑，會讓他很自卑…也會很容易心情不好…(T03：12)

二、兒童遭遇情緒困擾問題時閱讀圖書之類型

本研究之受訪者表示，國小高年級學童在遭遇情緒困擾問題時，閱讀之情緒療癒圖書包含漫畫、小說、繪本、兒童故事等。茲分析如下。

(一)漫畫

漫畫具有融合圖像與文字的特色，內容幽默、趣味，較少使用艱澀的文字，容易閱讀，因此深受兒童的歡迎。受訪兒童中分別有 3 位男童及 2 位女童表示，因漫畫內容有趣、易懂，在遭遇情緒困擾問題時，會透過閱讀漫畫放鬆情緒。如受訪者 C06 與 C08 說道：

…比較容易懂的，像是…漫畫，因為讀太難的書心情可能更不好，簡單又有趣的書心情會比較好…(C06：15-16)

…漫畫，因為漫畫是我平常拿來紓解情緒的書…(C08：14)

本研究之 5 位受訪家長亦表示，遭受家長的責備而感到心情不佳時，兒童傾向藉由閱讀漫畫紓解負面情緒。受訪者 P03 所述如下：

…像他只要心情不好，被我罵或是什麼的，他大概都是看漫畫比較多…(P03：23-25)

有 7 位教師表示，兒童經常透過閱讀「漫畫」紓解情緒困擾，因漫畫是以圖像方式呈現的閱讀素材，兒童較易懂，相較於其他閱讀素材，更易幫助學童轉換心情，達到暫時隔離現實生活問題的效果。例如 T06、T07 說道：

…以看書來講，他們通常都看比較簡單的書…就是看漫畫而已，因為它比較容易沈澱他的情緒，看得懂嘛，它也有圖，有時候也可以轉移…比較能進入他心裡的，應該是漫畫…(T06：14-17)

…男生的話，漫畫都是從小到大都是很喜歡看的，就是可以轉移自己的注意力吧，做一點跟現實生活分開那樣子…(T07：16-17)

受訪教師 T10 進一步表示，兒童多半喜好閱讀漫畫，而漫畫作品亦具有正面的教育意義，家長可鼓勵兒童多方閱讀，並適時給予指引。其說明：

…他們心情不好，好像都會看漫畫之類的比較多，有些家長會來跟我抱怨，其實漫畫也有它正面的一面…只要孩子願意看書，家長要多找機會和孩子談，就是取它正面的部分，比如說它有一些不雅的動作或言語啊，要適當地糾正他…(T10：19-22)

(二)小說

小說的篇幅較長，可提供完整的情節與想法概念，可使讀者認同書中角色，並在讀後獲得新的體悟。本研究之 3 位受訪兒童說道，遭遇情緒困擾問題時，會想閱讀內容結構完整，具有連續性、勵志性的小說作品；此外，亦有受訪女童會閱讀愛情小說，以紓解個人的負面情緒。如 C01、C02 與 C09 提及：

…心情不好的時候，我會想去看小說，就類似少年勵志小說那種，它內容很吸引人，覺得好看的…(C01：15-16)

…我會去看小說，像類似《哈利波特》那種有連續性的…(C02：14-16)

…我會去看愛情小說那種…覺得很浪漫啊！心情就會比較好啊…(C09：13)

此外，亦有 4 位受訪家長表示，兒童會閱讀奇幻小說、武俠小說等作品，以抒發個人情緒，如 P05、P07 提到：

…大女兒也會看一些小說奇幻小說…(P05：18)

…他看書有個偏好，譬如說他目前喜歡看金庸小說啊，就是目前這個階段…(P07：14-17)

另一方面，有 4 位受訪教師說明兒童會以閱讀小說解決情緒不佳的問題，且男女童的閱讀習慣稍有差異，普遍而言，高年級女童較偏好閱讀愛情小說，由於對愛情抱持憧憬，浪漫的故事內容可達到隔離現實的效果；此外，男童則較偏愛自然類、偵探類之書籍。例如 T03、T07 所述：

…像他們這個年紀就會比較喜歡看偵探類的，那女孩子就偏愛有愛情的、有故事性的少年小說，有一些是自然類的，男生也會看自然類的書…(T03：19-21)

…像女生就會比較偏夢幻型的那種小說，比如像愛情方面的，他們對愛情充滿了幻想，他們就會去看那種…因為女生對那種比較有幻想，尤其五六年級的女生…(T07：14-16)

(三)繪本

繪本之文字簡潔，且故事主題常與兒童生活情境結合，因此能引發兒童在閱讀時之共鳴。本研究中，有 2 位受訪教師說明，兒童亦會閱讀「繪本」抒發情緒，因為當事者在心情不佳時，較無意願閱讀太多字的圖書，而繪本恰可符合兒童遭遇情緒困擾時，偏好閱讀簡單而字少圖書的需求。受訪教師 T08 與 T09 說道：

…像高年級不見得會去挑字很多的，有時候很簡單的繪本，比如說心情不好，他想看點簡單的書…(T08：17-18)

…他們是會去看那套繪本，有些可能看自己帶來的漫畫書，至於為什麼喔，我想可能那種文字比較少吧，心情不好不會想看太多字的書…(T09：14-17)

(四)兒童故事

在本研究中，亦有受訪家長提及，只要與兒童個人的生活情況相關，且內容幽默有趣的兒童故事，即能紓解兒童的負面情緒。如 P08 表示：

…和他現狀有點相關的就會去拿來看，像兒童故事，只要有點好笑的，他都會喜歡…(P08：18-20)

三、遭遇情緒困擾問題時取得所閱讀圖書之管道

訪談資料顯示，國小高年級學童遭遇情緒困擾問題時，取得閱讀圖書之管道包含「由家長或兒童自行購買」、「向他人借閱」、「至班級圖書櫃或圖書館借閱」以及「至書店或租書店閱讀」等。

(一)由家長或兒童自行購買

有 7 位受訪兒童提及，其在遭遇情緒困擾問題

時所閱讀之圖書，部分係由父母所購買。此外，由於家長認為漫畫並非適當之書籍，且擔心兒童過於沉迷，因此兒童會自行購置漫畫類圖書。如 C06 與 C04 說道：

…有些是爸爸媽媽買的，有些是去圖書館借…(C06：18)

…有些是媽媽買的，有些比較不正經的書是自己買的，比如說漫畫，因為我買的漫畫媽媽都不喜歡，她怕我太沉迷了…(C04：18-19)

有 7 位受訪家長亦表示，兒童所閱讀的情緒療癒素材往往是由家長購買與提供，例如朋友經介紹後，選購適合兒童閱讀的書籍，或是直接從書店挑選新出版之優良圖書。如受訪者 P08 及 P09 所述：

…都是我買給他的，是人家介紹，我喜歡買一套套的書…乾脆自己買書回家，弄髒弄亂都不會怕…(P08：22)

…其實她都是看姐姐的書，也多數是我幫她買的，都是算新出來的書，會覺得好的書就要買回來…(P09：22-23)

有 4 位受訪教師提及，常見家長替兒童購買書籍，且目前有許多購書管道，復以現今臺灣兒童的零用錢較寬裕，因此亦有高年級學童會自行購置漫畫類圖書，如 T05、T07 所言：

…漫畫書喔，現在漫畫店非常多…有的可能是家長買，一方面現在小孩子零用錢也比以前寬裕許多，他們很多是用買的，也是用借的啦，大概就這兩個管道…(T05：19-27)

…大部分應該是家裡吧，小朋友帶書來多半都說是爸媽買的，他們想買書爸媽都會買給他們…(T07：20-21)

(二)向他人借閱

本研究之受訪兒童表示，由於彼此的閱讀興趣相似，因此在家中會逕行向兄姊借閱小說作品。受訪者 C10 如是言：

…她那邊有很多不同類型的小說，櫃子上都是滿滿的，所以我都是看姐姐的書，我們喜歡的都差不多…(C10：21-22)

有 5 位受訪家長亦說明，向同學借閱書籍，乃是兒童取得圖書的一項重要管道。P02 所述如下：

…漫畫家裡有，有些是爸爸媽媽買給他的，然後那些遊戲相關的漫畫是跟同學借的…(P02：26)

在本研究中，有 7 位受訪教師指出，由於圖書館購置的漫畫類圖書不多，兒童普遍會向同學借閱可供個人紓解負面情緒的閱讀素材，而學生之間亦會主動互相交流相關書籍。如 T09 與 T10 提及：

…大多數都是向同學借來的，有的可能是爸媽買給他們，再帶來學校和同學分享吧，比較少去圖書館借，因為圖書館漫畫書也不多啊…(T09：20-21)

…有時候是同學間互相流通借閱…像一般我們說的《老夫子》啊，可能是同學間互相借…(T10：24-26)

(三)至班級圖書櫃或圖書館借閱

本研究之受訪兒童表示，班上有設立班級圖書櫃，放置班上同學提供的書籍，因此會自行前往瀏覽、翻閱；此外，受訪兒童也會至學校圖書館借閱

情緒療癒圖書。如 C05 提及：

…班級有設一個櫃子，同學會把家裡的書帶來放在圖書櫃裡面供大家閱覽，我就會去那裡找一些書來看…不然就是去圖書館找…(C05：16-18)

而依據受訪家長之經驗，有 7 位受訪家長表示，兒童在遭遇情緒困擾問題時，會至圖書館取得適合個人閱讀之圖書。受訪者 P05 所言如下：

…有時候也會到圖書館借，去圖書館通常都是媽媽建議他們去借，他們才會去借…(P05：22-23)

部分受訪教師則表示，「至圖書館借閱」為兒童遭遇情緒困擾問題時，取得閱讀素材的管道之一，且 T01 會主動推薦適合閱讀之書籍，使處於負面情緒狀態的學生可自行前往借閱。受訪者 T01、T10 言道：

…再來是圖書館，有時候我會在課堂上告訴他，你心情不好時可以看哪些方面的書，對你心情會有幫助，我會告訴他，學生他會自己去找…(T01：22-24)

…有時候也會去圖書館借書…公共圖書館的漫畫比較是歷史人物典故啊…(T10：24-26)

(四)至書店或租書店閱讀

另一方面，由於書店提供最新出版之圖書，且可以找到許多圖書館並未購置的書籍，因此在本研究中，亦有受訪兒童會直接前往書店閱讀。如 C01 提及：

…像我剛剛講的那些，圖書館根本就沒有，書店都有看到，在圖書館都看不到，新書都看不到…(C01：83-84)

有受訪教師認為，書店的書較新穎，且環境明亮舒適，因此兒童會選擇直接至書店閱覽。受訪者進一步說明，圖書館不是唯一可供兒童進行閱讀的管道，書店也可以是當事者的另一種選擇，此外，由於目前市面上亦有租書店，復以公共圖書館的漫畫類館藏量無法滿足兒童的需求，若兒童無法自圖書館借閱，即會轉至租書店租借漫畫閱讀。T01、T05 說道：

…直接去書店看，書店的書比較新，環境明亮又有冷氣吹感覺比較舒服，然後是同學之間傳閱，再來是圖書館，他會自己去找…(T01：22-23)

…圖書館裡漫畫是有，感覺上數量並不多，應該都是去附近租書店租…現在書籍的管道不一定是去圖書館，像書店可以站著把書看完，也有這樣子的，再加上租書店也很多…(T05：19-27)

伍、研究結論與討論

本研究運用半結構式深度訪談法，探討國小高年級兒童常見之情緒困擾問題、兒童遭遇情緒困擾問題時所閱讀之圖書類型，以及其取得情緒療癒圖書之管道。以下茲臚列本研究之結論，並逐項討論之。

一、兒童情緒困擾問題的類型

本研究之訪談結果顯示，兒童的情緒困擾問題主要來自於家庭、學校與個人等三種面向。其中，

在家庭方面，兒童首要之情緒困擾源自遭父母責罵或父母期望過高等管教問題，本研究之兒童、家長與教師受訪者中，總計有 19 位提及此因素。其次則為手足關係，受訪者中有 7 位針對此項目陳述意見。此外，亦有 5 位受訪者表示，父母失和會造成兒童的負面情緒。最後，有 1 位受訪教師尚提及家庭的重大變故會對兒童造成情緒上的負面影響。而在學校方面，本研究中有 13 位受訪兒童及家長、教師認為，同儕關係乃是造成兒童負面情緒主因；此外，有 5 位受訪者提及，課業問題與教師因素亦是高年級學童衍生壓力的原因。除上述源自家庭與學校方面之成因外，本研究結果亦發現，國小高年級學童可能遭遇源於個人因素而產生的情緒困擾問題，例如自我要求較高、對外表感到在意等。

從兒福聯盟 2004 年兒童情緒困擾電話專線統計可知，近七成的來電兒童皆有因學校、家庭或個人原因而產生的適應困擾(兒福聯盟，2004)。此外，臺北市李彥秀議員研究室於 2006 年進行臺北市高年級兒童壓力調查，結果亦顯示課業、家長及兄弟姐妹為臺北市高年級學童壓力來源之前三名(馮復華，2006)，上述二項研究的發現與本研究結果相似。一般認為，家庭為兒童溫暖的避風港，然而本研究與近年之相關調查卻發現，導致兒童負面情緒的部分原因乃來自家庭。

二、兒童遭遇情緒困擾問題時閱讀之圖書類型

本研究結果發現，兒童遭遇情緒困擾時，會閱讀以漫畫、小說、繪本，以及兒童故事。其中，兒童以閱讀漫畫做為主要之情緒療癒圖書，共計有 17 位兒童、家長以及教師受訪者談及此類型之素材。而本研究共有 11 位兒童、家長、教師受訪者在訪談的過程中，亦說明兒童在遭遇情緒困擾問題

時會閱讀小說。此外，尚有 2 位受訪教師表示，兒童亦會選擇繪本作為個人情緒療癒之閱讀素材。另有 1 位家長則提及，國小高年級學童會閱讀兒童故事，以抒發日常生活中的壓力與負面情緒。

事實上，國內已有相關研究，針對漫畫改變個人認知及情緒宣洩之影響與效用進行探討。其中，林志展(2000)針對國小六年級學童的研究發現，看漫畫對於兒童讀者而言，不僅具有愉悅心性的功能，亦可在閱讀漫畫的私人空間中抒發情緒、排解憂鬱煩悶之情。蘇蘅(1994)的研究則指出，漫畫具有紓解、認同、教導等功能，亦即，讀者在閱讀此類讀物時，會認為個人與漫畫人物的遭遇與情境有相仿之處，並藉由暫時脫離現實與自由發揮想像力的方式，達到紓解情緒壓力之效，且當事者可將漫畫作為替代性的學習指導，延伸個人生命經驗。上述二人之研究結果與本研究之發現不謀而合。此外，相關研究(施常花，1988；Rubin, 1978)顯示，小說是一種優良且廣為使用的書目療法閱讀素材，同時，兒童亦普遍喜愛閱讀小說。藉由個人的小說閱讀行為，讀者可避免與諮商人員交談時所產生的焦慮、不安、懷疑等感受，且當事者在閱讀小說時，往往會以個人的主觀詮釋，尋求文本內容對個人的重要意義，從而獲得不同的認知、體悟與情緒(Gorelick, 1975)。

另一方面，研究者請受訪兒童分享情緒困擾時閱讀圖書之類型時，雖然受訪兒童並未提及閱讀繪本之相關經驗，但有受訪教師指出，兒童會透過閱讀此類圖書紓解情緒。事實上，本研究受訪教師之意見，即與國內的相關研究(黃淑婉，2007)相符；該研究係以國小五年級學生為研究對象，並發現使用繪本作為情緒教育的媒材，可顯著提升學生之情緒智慧。而林文寶等(2007)亦主張，兒童可藉由閱讀繪本，獲得情緒的抒發與處理問題的相關知能。

此外，從訪談結果可知，國小高年級兒童較為偏好閱讀輕鬆逗趣的故事，而家長亦於訪談中提及，國小高年級學童在感受到壓力與負面情緒時，會選擇較易閱讀之情緒療癒素材。相關研究(施常花，1988)即發現，兒童故事篇幅較短，適合遭遇情緒困擾問題的兒童閱讀，使其能暫時脫離現實情境，遁入故事的想像空間，進而得以舒緩其負面情緒。此與本研究受訪者之看法一致。

三、取得閱讀圖書的管道

本研究訪談之結果顯示，兒童最常取得閱讀素材的管道乃是由家長或自行購買，共有 18 位受訪之兒童、家長與老師提及此方式。其次則為向他人借閱，共有 13 位受訪者說明，兒童常與同學或者兄弟姊妹分享、交流情緒療癒圖書。此外，圖書館或班級圖書櫃亦為來源之一，計有 10 位受訪者談及此管道。在本研究中，尚有 3 位受訪者談及，由於市面上有許多管道可以取得書籍，國小高年級學童會逕行在書店閱覽，或是前往租書店閱讀。

由研究結果可知，家長為提供兒童情緒療癒素材的主要來源之一，而相關文獻指出，倘若兒童尚未具備為個人挑選適切素材的能力，則家長、師長與學校圖書館館員應依照選擇書目療法素材的原則，為當事者挑選適切之閱讀素材(陳書梅，2008)。至於在選擇原則部分，誠如 Heath、Sheen、Leavy、Young 與 Money 五人(2005)所言，運用於兒童書目療法的作品不應僅具有娛樂性，更必須提供因應問題的技巧，以及使兒童感受到希望與支持的正向思維，方能使當事者獲得情緒療癒之成效。

同時，根據本研究之訪談結果，在情緒療癒小說方面，高年級男性學童與女性學童的閱讀喜好略有差異，普遍而言，男性較偏好偵探、懸疑類的小說，女性則對愛情小說抱有較大興趣；根據前述之

書目療法相關文獻，家長與教師在提供閱讀素材時，應注意兒童不同的需求與興趣，使其能在閱讀素材時，對書中人物與故事情節產生較高度的聯結，從而達致較佳的情緒療癒效用。而本研究亦發現國小學童會向他人借閱情緒療癒圖書，如同學或家中的兄弟姊妹等，推究其原因，可能係由於同學與手足乃是兒童在日常生活中較常互動的對象，與之借閱書籍相當便利，且由於年齡相近，素材的閱讀難易度與主題類型等皆與兒童個人之需求相符，由此可見，書籍的易取得性與易親近性乃是影響學童閱讀動機的因素之一。

事實上，國小高年級學童在進行療癒閱讀時，往往並未察覺個人實乃運用發展性書目療法的機制，而是以個人認知中，閱讀娛樂性讀物的方式，達到紓解壓力與緩和負面情緒的效果。家長、教師或學校圖書館員，宜適時提供選書建議，協助學童選擇適當的情緒療癒素材，使當事者在暫時逃避現實壓力之餘，亦可透過對閱讀素材中人物的認同、負面情緒的淨化，以及獲致新的領悟，達到完整的情緒療癒之心理歷程，進而維護個人身心之健全發展，藉此幫助兒童在未來能達到良好的社會適應。

(收稿日期：2013 年 10 月 7 日)

參考文獻

- 巴巴利亞(Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D.)(2001)。《人類發展：兒童心理學(Human development, 8th ed.)》(張慧芝譯)。臺北市：麥格羅希爾。原作 2001 年出版。
- 王萬清(1999)。《讀書治療》。臺北市：心理。
- 李淑汝(2001)。《國小學童閱讀漫畫行為相關因素之探討及其與社會真實認知關係之研究》。未出版之碩士論文，國立臺中師範學院國民教育研究所，臺中市。
- 林文寶、徐守濤、陳正志、蔡尚志(1993)。《兒童文學》。臺北縣：國立空中大學。
- 林文寶、周惠玲、洪志明、許建崑、陳晞如、張嘉驊(2007)。《兒童讀物》。臺北縣：國立空中大學。
- 林志展(2000)。《漫畫、意識形態與樂趣：關於漫畫書與兒童讀者的研究》。未出版之碩士論文，國立臺北師範學院國民教育研究所，臺北市。
- 林冠儀(2013)。為什麼我的孩子會憂鬱。《家庭教育雙月刊》，42，77-83。
- 林振茂(2002)。《中部地區國小資優生閱讀漫畫行為相關因素之研究》。未出版之碩士論文，國立彰化師範大學特殊教學系研究所在職專班，彰化市。
- 兒童福利聯盟文教基金會(2004)。2004 年台灣「心貧兒」現象觀察報告。上網日期：2013 年 8 月 23 日。檢自：<http://www.children.org.tw/uploads/files/researcher/report/044.pdf>。
- 兒童福利聯盟文教基金會(2013)。2013 年台灣兒童幸福感現況大調查。。上網日期：2013 年 8 月 23 日。檢自：http://www.children.org.tw/news/advocacy_detail/1000。
- 施常花(1988)。《臺灣地區兒童文學作品對讀書治療適切性的研究》。臺南市：復文。

- 徐嘉政、陳薇后(2000)。童書翻譯之文化現象：以繪本的主題選擇為例。《兒童文學學刊》，4，177。
- 張湘君(1993)。讀者反應理論及其對兒童文學教育的啟示。《東師語文學刊》，6，285-307。
- 莊雅雯(2003)。《國民中小學中高年級學童閱讀漫畫行為之研究》。未出版之碩士論文，私立南華大學出版學研究所，嘉義縣。
- 陳永和(2003)。《國小兒童學校生活情緒經驗之相關研究》。未出版之碩士論文，國立屏東師範學院教育心理與輔導學系，屏東縣。
- 陳國眉、洪福財(2001)。《兒童發展與輔導》。臺北市：五南。
- 陳書梅(2008)。圖書館與書目療法服務。《大學圖書館》，12(2)，15-41。
- 陳書梅、盧宜辰(2005)。我國公共圖書館施行兒童書目療法服務之研究。《圖書與資訊學刊》，54，58-83。
- 許純鳳(2011，11月9日)。生活憂慮多兒少有話說。《台灣立報》，6版。
- 許淑雲(2009)。《臺北市國小家長參與兒童閱讀現況之調查研究》。未出版之碩士論文，國立臺北教育大學教育政策與管理研究所，臺北市。
- 黃淑婉(2007)。《運用繪本為主的情緒教育方案對提昇國小兒童情緒智慧效果之研究》。未出版之碩士論文，國立新竹教育大學教育心理與諮商學系輔導教學碩士班，新竹市。
- 馮復華(2006，4月28日)。高年級學童二成六想自殺。《聯合報》，C1版。
- 趙曉美(2009)。國小高年級兒童在校情緒表現與教師介入策略之研究：教師的觀點。《教育心理學報》，41(2)，405-426。
- 鄭瑞菁(2005)。《幼兒文學》。臺北市：心理。
- 劉金花主編(1999)。《兒童發展心理學》。臺北市：五南。
- 蘇蘅(1994)。青少年閱讀漫畫動機與行為之研究。《新聞學研究》，48，123-145。
- Baruchson-Arbib, S. (1996). The Heritage of the 20th century. In *Social information science: Love, health and the information society* (pp. 18-35). Brighton, England: Sussex Academic.
- Cornett, C. E., & Cornett, C. F. (1980). *Bibliotherapy: The right book at the right time*. Bloomington, IN: Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- Doll, B., & Doll, C. (1997). *Bibliotherapy with young people: Librarians and mental health professionals working together*. Englewood, CO: Libraries Unlimited.
- Emmert, P., & Brooks, W. D. (1970). *Methods of research in communication*. Boston: Houghton Mifflin.
- Gorelick, K. (1975). Bibliotherapy. *Library*, 25(2), 133-162.
- Heath, M. A., Sheen, D., Leavy, D., Young, E., & Money, K. (2005). Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth. *School Psychology International*, 26(5), 563-580.
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (1986). *Bibliotherapy-- the interactive process: A handbook*. Boulder, CO: Westview.
- Keats, D. (1974). The effect of language on concept acquisition in bilingual children. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 5(1), 80-99.
- Pardeck, J. T. & Pardeck, J.A. (1993). *Bibliotherapy : A clinical approach for helping children*. Langhorne, PA: Gordon and Breach Science.
- Schultheis, S. M. (1972). *A guidebook for bibliotherapy*. Glenview, IL: Psychotechnics.

Rubin, R. J. (1978). *Using bibliotherapy: A guide to theory and practice*. Phoenix, AZ: Oryx.

Weber, R. P. (Ed.). (1990). *Basic content analysis*. Beverly Hills, CA: Sage.

Weitzman, L. J., Eifler, D., Hokada, E., & Ross, C. (1972). Sex-role socialization in picture books for preschool children. *American Journal of Sociology*, 77(6), 1125-1150.