

兒童與樂齡族之繪本書目療法服務— 斗六市立繪本圖書館的實務工作分享

Bibliotherapeutic Service with Picture Book for Children and the Elderly: The Practical Experience of Douliu City Picture Book Library

沈秀茹

Hsiu-Ru Shen

雲林縣斗六市立繪本圖書館館長

Director, Douliu City Picture Book Library, Yunlin County

【摘要 Abstract】

現代社會中，人們的生活壓力沉重，容易積累負面情緒，嚴重者會影響心理健康。對此，雲林縣斗六市立繪本圖書館，針對兒童與樂齡族，施行發展性繪本書目療法服務，期讓民眾透過繪本來進行情緒療癒，從而得以維持與促進心理健康。

本文介紹斗六市立繪本圖書館施行繪本書目療法服務之實務工作，包括針對館員與志工，辦理書目療法工作坊，並持續透過讀書會，增進志工導讀情緒療癒繪本的技巧；另外，志工們亦前往雲林縣的多所國小，以繪本為媒材，並融入書目療法的理念，為兒童進行生命教育；同時，亦為社區的樂齡者，辦理情緒療癒繪本閱讀推廣活動。最後，本文也敘述本館在全國性的論壇，以及國際性的海報展上，報告本館繪本書目療法服務推展的情形。透過本館的實務工作經驗分享，期能讓圖書館界同道參考，並盼望透過情緒療癒繪本的推廣工作，將幸福帶給所有人。

For many people, modern life is more stressful than the past. People who suffer from stress accumulate negative emotions that increase the risk of mental illness. In this circumstance, everyone needs relaxation and

emotional healing to maintain their mental health. Hence, the Douliu City Picture Book Library provides bibliotherapeutic service using picture books to help readers cope with negative emotions and maintain mental health.

In this paper, the author introduced the practical experience of bibliotherapy at Douliu City Picture Book Library. First, two workshops were held for librarians and library volunteers to assist them to acquire professional skills for the service. Second, the library volunteer book club read emotional healing picture books together to practice the expertise needed for guided reading of such books. Moreover, the volunteer team offered a life education course using illustrated books as healing reading materials at numerous elementary schools in Yunlin County; they also applied bibliotherapy concepts in the course. Additionally, the team organized many emotional healing picture book reading activities for the elderly at the library and in nearby communities.

The Douliu City Picture Book Library participated in the library bibliotherapeutic service forum and poster sessions of the International Federation of Library Associations and Institutions General Conference and Assembly to share their practical experience of providing bibliotherapeutic service using picture books to encourage other libraries to do the same in their communities.

【關鍵詞 keywords】

書目療法服務、公共圖書館、繪本書目療法、療癒閱讀、情緒療癒

Bibliotherapeutic service; Public library; Bibliotherapy with picture book; Healing reading; Emotional healing

壹、前言

在臺灣社會，由於人們的生活壓力沉重，因而常感到不快樂，甚至衍生心理健康問題。根據相關調查，全臺灣約有三分之一兒童的心理健康狀況不佳（陳偉婷，2017）。同時，臺灣人口結構快速老化，目前，臺灣的老年人口比例已超過 14%，是為高齡國家；推估 2026 年，老人比例將超過 20%，晉升「超高齡國家」（國家發展委員會，2018）。而年長者常因種種情緒困擾問題，如身體機能下滑、人際疏離、子女離家等，而感到焦慮不安或心情低落，導致負面情緒積累，甚或影響心理健康（王語竹，2017；陳書梅，2018a）。

面對高壓的生活型態，人們逐漸意識到心理健康的重要性，開始尋找釋放壓力、撫慰心靈的方式，療癒系列商品因而蔚為風潮，期能為人們忙碌的生活帶來紓壓和療癒的效果。近十年來，臺灣的公共圖書館呼應民眾的需求，陸續推動書目療法服務

（bibliotherapeutic service），藉由各種療癒系閱讀講座、主題書展、工作坊，運用情緒療癒（emotional healing）素材，協助民眾透過閱讀來舒緩負面情緒，並找到與自身情緒和平相處的方式。

而有鑑於社會中的情緒療癒潮流，加上相關研究結果顯示，優質的繪本，對兒童、青少年、大學生、樂齡者，皆能產生情緒療癒效用（陳書梅，2009a，2014，2018a，2018b）；因此，雲林縣斗六市立繪本圖書館（以下簡稱斗六繪本館）亦運用繪本館藏資源，為讀者提供繪本書目療法服務，其中，特別針對兒童及樂齡族提供服務。所謂繪本書目療法服務，係指圖書館透過提供適合的情緒療癒繪本，讓讀者自行閱讀，或透過了解閱讀素材者的引導，共讀繪本，經歷「認同」（identification）、「淨化」（catharsis）、「領悟」（insight）等心理歷程，進而達到情緒療癒之效。

斗六繪本館是我國首座專為兒童設計的繪本圖書館；館內空間設計，以不同的童話為主題，典藏之中文、外文繪本，共約五萬冊。本

文介紹斗六繪本館於 2016 年開始，在館員與志工接受繪本書目療法服務與生命教育的培訓後，對兒童與樂齡族施行之繪本書目療法服務的經驗，藉供圖書館同道參考。

貳、斗六市立繪本圖書館之繪本書目療法服務

筆者初次接觸書目療法，始於 2015 年 8 月，參加國立公共資訊圖書館與彰化縣愛鄰社會福利協會合辦的「數位書愛 一路上有你：心靈療癒電子書陪伴計畫」系列課程中，聽了一場書目療法演講，因而打開認識書目療法的大門。2016 年 2 月，斗六繪本館依據前述演講之主講者—陳書梅教授所著之《兒童情緒療癒繪本解題書目》(2009a) 中，臚列的情緒療癒繪本素材，辦理主題書展，展出兒童情緒療癒繪本 50 本，吸引許多家長詢問。此後，本館透過每週六固定辦理的說故事時間，施行書目療法服務，開始用情緒療癒繪本裡的故事，陪伴孩子小小的心靈。

近年來，斗六繪本館積極為兒童推展繪本書目療法服務；尤其，本館更融入書目療法的理念，運用相關主題之繪本，為兒童進行生命教育。此外，本館亦開始為樂齡族展開繪本書目療法服務。茲詳述推展的情形如下。

一、培訓志工施行繪本書目療法服務和導讀繪本的專業知能

斗六繪本館安排志工接受繪本書目療法服務培訓，以增進專業知能；同時，透過每週的讀書會，凝聚共識；並藉由持續不斷地提供服務，累積經驗，讓繪本書目療法服務更趨成熟。以下詳細敘述之。

(一)兒童與樂齡族之繪本書目療法工作坊

2016 年 7 月，本館辦理「繪本療癒工作坊」(如圖 1)，邀請國內研究「書目療法」的先驅學者、國立臺灣大學圖書資訊學系陳書梅教授開講，主要對象為本館志工，及有興趣成為閱讀推廣志工的讀者，一起探索繪本的療癒力量。課程分兩天進行，內容包括書目

療法的情緒療癒原理、情緒療癒繪本的選擇方式與管道，以及如何導讀情緒療癒繪本。兩天的工作坊，打開學員們的繪本任意門，讓夥伴們了解到，故事可以很深刻、可以更寬廣、更不設限；學員們能明瞭，可如何為兒童挑選適合的情緒療癒繪本，以及帶領兒童藉由閱讀來療癒情緒的技巧。

2017年7月，斗六繪本館再度邀請陳書梅教授，進行「用繪本預約樂齡健康幸福人生—樂齡繪本書目療法」兩日工作坊，一方面給繪本館的故事活力志工們溫故知新，也讓新成員有機會學習書目療法的應用。此次工作坊，主要培訓學員，如何為引導樂齡族閱讀情緒療癒繪本，以及如何挑選適合樂齡者的素材。藉由此次培訓，學員們亦認知到，樂齡者擁有豐富的生命經歷，能以個人的生命經驗詮釋繪本，因此，他們閱讀繪本的視角與兒童不同；是故，適合樂齡族閱讀的繪本，以及引導他們閱讀繪本的技巧，皆有別於兒童。



圖 1 2016 年「繪本療癒工作坊」活動海報



圖 2 2017 年樂齡繪本書目療法工作坊

(二)繪本讀書會

斗六繪本館志工們的繪本讀書會，始於 2015 年 7 月，係由志工每週聚集，輪流導讀繪本；同時，亦不定期安排繪本作家進行專題講座。此繪本讀書會，至今仍在持續運作，期間共讀的繪本已超過 200

本。

如同前述，2016年7月，讀書會邀請陳書梅教授，主持「繪本療癒工作坊」後，同年8月份，即開始共讀《兒童情緒療癒繪本解題書目》一書，以及其中所列的兒童情緒療癒繪本，從書目療法的情緒療癒歷程—認同、淨化、領悟，及彩虹生命教育彩虹四鏡、讀書會帶領四層次提問來討論，以讓讀書會成員更深了解書目療法的原理，以及為兒童導讀情緒療癒繪本的技巧。

繪本讀書會是志工們的充電站、練功房，透過讀書會共讀共寫的方式，志工們經過四年來的練功，一起討論故事的深層意義，大家導讀與賞析繪本的功力增進不少，也養成了好幾位閱讀種子教師，將閱讀推廣到其他鄉鎮圖書館。

(三)生命教育志工培訓

教育部宣示，2001年為「生命教育年」，臺灣全面實施兒童生命教育，奠下我國推動生命教育之重要里程碑（教育部，2018）。其時的教育部長曾志朗極力主張，生命教育應為教育改革中不能遺漏的一環，並呼籲，重視學生情意方面的教育，期望透過生命教育的推展，能夠教導學生學習愛人、助人、認識生命、喜愛生命、並進而尊重及珍惜生命，對於自己的生命能夠懂得如何去欣賞，以體驗生命內在的意義和價值，最後使學生能有一個健全的人格發展，以落實全人教育（謝金蓉，2011）。

2017年4月，斗六繪本館有16位志工，自發性地參加「彩虹愛家生命教育協會」辦理的「生命教育志工基礎培訓」課程，以學習對兒童進行生命教育的知能（如圖3、4）。

二、為兒童提供生命教育與繪本書目療法服務

2017年5月至6月，在志工接受「生命教育志工基礎培訓」課程後，即於館內辦理兒童生命教育繪本工作坊，帶領國小兒童，透過



圖 3、4 校園生命教育上課及志工備課

繪本來認識自己，並進一步探索學校及家庭生活裡困擾的議題。藉此，讓孩子從了解自己開始，再建立對人、事、物及環境的認知，從個體到整個大環境的了解，從而明瞭，每個人都是獨一無二的，而自己是有價值的。除了閱讀繪本外，亦透過遊戲、繪畫、影片、角色扮演等活動，啟發孩子的 EQ 與提升他們的人際互動能力。

2017 年 9 月開始，斗六繪本館的志工們，更前進國小校園服務，持續至今。進班的志工們也了解到，當今社會不只要陪伴自己的孩子，更要陪伴其他的孩子，陪他們走過生命中每一個徬徨的十字路口，達到共好的友善環境，藉由閱讀情緒療癒繪本，讓孩子學習別人面對問題、度過困境的方式，以成為陪伴他們勇敢前行的力量。

如此，每個學期，志工們連續 14 週，前進 7 個校園、13 個班級，進行生命教育課程。將書目療法的理念融入繪本導讀，破解孩子的情緒密碼；導讀後，則讓兒童進行「體驗式生命教育」，透過多種配合主題而設計之互動遊戲，讓兒童親身經驗真實生活中的情境；由此，孩子們透過閱讀繪本，學習到書目療法的理念，反思如何面對自我的生活與生命；最終，能培養以閱讀自我療癒的習慣，並提升終生受用的挫折復原力（resilience）。

舉例言之，對小學生來說，生命教育課程中談生死這種近乎哲學觀的主題，是需要藉助適當的方式，才容易使孩子願意思考。在課程中，志工以情緒療癒繪本《獾的禮物》，引導讓小朋友

知道生命的意義。書中提到，獾離世後，動物們回憶起牠曾經教導土撥鼠剪紙，教導青蛙溜冰，教導兔太太做菜等往事；在志工的引導下，小學生能領悟到，生命雖有限，但藉由大家懷念獾的事蹟，可發現獾將彼此相愛的精神留在原地。而這本書用另一個角度，幫助孩子了解，儘管所愛的人離開我們，然而他們的人生智慧，會繼續留在我們心中，成為珍貴的禮物。

另外，以繪本《公園小霸王》為例，主角凱文最喜歡到公園玩耍了，但是小霸王山米常常一個人佔據公園裡的遊樂器材，不但不讓凱文接近，還會說一些話來恐嚇他。凱文的爸爸看出兒子的沮喪和無助，就用最簡單的方法來開導凱文，幫助他想出解決問題的方法。之後，凱文又到公園玩耍，同樣也受到山米的威嚇；不過，這一次凱文不但沒有逃跑，反而溫和地邀請山米一起建築沙碉堡，兩人遂成為好朋友。

透過主角凱文的遭遇，小學生體會到被欺負者會有害怕、生氣的感受；如此，可引導孩子學習同理他人；同時會明瞭，不尊重他人所帶給他人的負面感受；同時，會願意以尊重的態度對待他人，而不以強欺弱。另外，由山米與凱文的互動中，小學生會發現，有同伴一起玩是件快樂的事，而看到山米願意把遊樂設施與凱文分享，也能讓強勢的孩子有機會從中反思與學習。

由上述的示例可見，學童在共讀情緒療癒繪本後，透過互動與討論的過程，能培養他們的同理心，並增進對被霸凌者的認知與瞭解；由此，能減少霸凌事件發生的機會，建立友善的學習環境。

整體而言，透過融入繪本書目療法的生命教育課程，學童在人際關係、情緒智慧、生活適應、接納身心障礙同儕、交友技巧、生死態度、家庭概念、同儕衝突預防、降低霸凌行為出現等方面，皆有正向的改變；而由學生的行為表現上，亦可見學童接受融入繪本書目療法的生命教育課程後，能對自己的情緒管理、與他人互動及對生命的態度等方面，進行反省與調整。

此如同黃迺毓（2005）指出，繪本是最適合用來傳遞生命教育理念的媒介，可以讓大人不必以說教的方式來教導孩子，現今兒童繪本題材涵蓋各個領域，又富有教育性、兒童性、遊戲性及美感的作品為數不少，是生命教育教材極佳的選擇。此外，由情緒療癒的角度觀之，繪本內容簡單易懂，圖畫豐富，容易讓讀者敞開心房，投射個人的情感，並釋放出心中的負面情緒；此外，繪本可對讀者產生潛移默化的影響，以不說教的方式，讓讀者改變個人認知，從較理性的角度，面對個人的困境，從而發揮情緒療癒的功能（陳書梅，2009b）。

相關研究也指出，善用繪本進行生命教育的成效相當良好。繪本巧妙地包裝故事的主題，不具說教的意味，又蘊含豐富教育性，對於習慣圖像思考、不喜歡閱讀文字的學童而言，應是最佳的教材，透過繪本「隱喻式」的語言，使兒童較容易看到自己的問題，增進對自我的瞭解（林楚欣、黃燕鳳，2009）。

三、為樂齡族提供繪本書目療法服務

而樂齡族亦面臨著許多情緒困擾，例如身體健康衰退而感到焦慮、家人不在身邊而感到孤獨、需照顧家人而感到束縛、對死亡產生恐懼感等（王語竹，2017；陳書梅，2018b）。為此，2016年12月開始，斗六繪本館的志工，每月皆至社區、長泰老學堂、榮民之家等，用繪本故事來陪伴長者。在閱讀推廣活動經驗中，單次的活動，較難與活動參與者建立連結，在帶領討論時，較難進入深入的層次。因此，志工參加2017年的樂齡繪本書目療法工作坊培訓後，在樂齡族的閱讀推廣活動中，亦融入書目療法的理念，並陸續在館內開辦樂齡繪本拼貼工作坊、樂齡繪本童樂會、樂齡情緒療癒繪本工作坊等活動，透過多元的情緒療癒繪本推廣方式，志工持續帶領樂齡族朋友，閱讀情緒療癒繪本，再引導他們說出內心的話，並藉此與自己的生命對話，喚醒深藏於心底的回憶、掙扎，以及模糊的夢想，幫助樂齡族舒緩孤獨、寂寞、失落、沮喪、抑鬱等負面情緒，進而能彼此互相學習，獲得情緒療癒，用生命影響生命。

以本館「樂齡情緒療癒繪本工作坊」活動，志工與學員們討論繪本《老象的回憶》為例，住在森林裡的老象，每天沉浸在過去的回憶裡，深居簡出。有一天老象打了一個超大的噴嚏，腦海裡各種有紀念意義的物品，都從象鼻子裡飛了出來。老象很難過，覺得好像失去所有的回憶，於是決定出門，把物品一一找回來。老象四處尋找時，發現其他動物撿到自己的物品，且正開心地使用著；因此，老象經過一番掙扎後，決定將物品留給這些動物，自己什麼都沒帶回家。雖然老象的回憶不見了，但牠的腦海裡，卻填滿了自己出門時所見的新鮮事物。

閱讀《老象的回憶》故事後，參與的樂齡者討論這個故事，分享各自的領悟。例如，有人從繪本中得到啟發，學到要捨得放下對昔日的執著，並放眼未來，其說道：「要捨得要放下，也期許老年生活，要學會斷捨離」；此外，另一位學員也有相似的體會：「沒用的東西要放下，頭腦放空，才可再裝更多的好東西」。另外，也有樂齡者體會到，應正向思考，勿將不需要的回憶掛在心上，其提到：「常想甜美的回憶，忘記不需要的記憶」。除此以外，也有兩位學員從故事中領悟到，將自己擁有的分享給其他人，會讓自己更快樂，其中一位提到：「人生有捨才有得，分享快樂，快樂加倍多」；另一位則說道：「曾經擁有就很美好了，有機會讓別人也享用，更棒！」

由前述可見，藉由閱讀和分享情緒療癒繪本，參與的樂齡者都體會到，自己不必執著於過往，而是可以敞開心胸，接觸新的人事物，與人交流，透過這樣的課程，共創幸福樂齡生活。

參、斗六市立繪本圖書館繪本書目療法服務的行銷與推廣

斗六繪本館透過參加全國性的論壇、國際性的海報展等，讓本館推展之繪本書目療法服務的實務工作，被全臺灣，以及全世界看見。說明如下。

一、閱讀與心理健康委員會之圖書館繪本書目療法服務論壇

斗六繪本館於 2019 年 6 月，應中華民國圖書館學會「閱讀與心理健康委員會」之邀，於「繪本療癒，預約幸福：2019 年公共圖書館繪本書目療法服務論壇」中，分享本館施行繪本書目療法服務的方式與成果，期能讓圖書資訊學界及實務界、教育界、心理衛生界、社會工作界、醫療界等相關領域的同道思考，可如何在各個領域，為不同年齡層的民眾，推展繪本書目療法服務。

二、國際圖書館協會聯盟（IFLA）年會之海報展

2019 年，斗六繪本館參加國際圖書館協會聯盟（International Federation of Library Associations and Institutions, IFLA）年會，以〈Using Picture Books in Children's Life Education- Example in Taiwan〉（繪本裡的生命教育—以臺灣為例）為題，第三度入選 IFLA 年會之海報展覽，讓世界各地的圖書館同道，皆能看見臺灣近 20 年來，運用繪本進行生命教育的情形；尤其是近年，融入繪本書目療法理念後的成果。該海報以手繪風格呈現（如圖 5），吸引圖書館的同道紛紛前來詢問，一位來自香港圖書館的同道，對臺灣的生命教育推動及情緒療癒繪本素材的選用頻頻詢問，並表示希望將經驗推廣到香港。



圖 5 本館參加 IFLA 年會海報展之海報

海報展中，筆者亦以情緒療癒繪本《Guji Guji》作為示例，此故事主角，是一隻只會「Guji-Guji」叫的鱷魚，陰錯陽差生長在鴨子家

庭，鴨媽媽對牠和其他小鴨子一樣的疼愛，主角亦相當喜愛鴨子家人。有一天，三隻壞鱷魚出現，告訴主角其實是一隻鱷魚，更慫恿他一起吃鴨子；讓主角開始認為「我不是鴨子，而是一隻壞鱷魚」，進入一段自我否定期。經過思考後，主角重新肯定自己，進入自我認同期，找到自己是「鱷魚鴨」的定位，還與鴨子家族聯手，設陷阱嚇走三隻壞鱷魚。此故事更引起韓國國家圖書館館長及來自瑞士的圖書館同道的興趣，並分享他們國家也有類似的繪本故事。

肆、結語

繪本是一種適合用於情緒療癒，以及傳遞生命教育理念的閱讀推廣媒介，而繪本的故事，就像是一座橋，是讀者認識生活、探索世界的重要途徑。藉由志工們運用熟捻的導讀繪本技巧，猶如說書人以故事穿針引線，帶領聽眾身歷其境，藉此讓兒童與樂齡族了解繪本故事內容與情境，再經過對話、互動，彼此分享與傳遞生命故事，如此，過程中帶來的感動與收穫，常常是令人動容的。

斗六繪本館透過陳書梅教授在工作坊中傳授的繪本書目療法服務專業知識，讓本館的志工，得以了解如何利用情緒療癒繪本，針對兒童與樂齡族，進行書目療法服務；同時，陳教授所撰寫的四本情緒療癒繪本解題書目《兒童情緒療癒繪本解題書目》（2009a）、《從迷惘到堅定：中學生情緒療癒繪本解題書目》（2018b）、《從沉鬱到淡定：大學生情緒療癒繪本解題書目》（2014）、《從孤寂到恬適：樂齡情緒療癒繪本解題書目》（2018a），亦是本館重要的參考工具來源，讓閱讀推廣者在推廣療癒閱讀過程中，可以更容易地找到優質的情緒療癒繪本，並能學習如何適當地運用，引導讀者走出情緒的陰霾，並找回面對困境的心理韌性與挫折復原力。

作為社區與學校之間的連結，斗六繪本館培訓志工，運用繪本書目療法服務，針對兒童與樂齡族，透過情緒療癒繪本導讀、延伸討論和發想多元活動，一步一腳印地將療癒繪本中的養分，提供給所有參

與的大小朋友們。

由近年來，諸多療癒閱讀的推廣經驗中，斗六繪本館體認到，藉由本館志工自主籌組讀書會、共讀團體，成員得以每周凝聚共識，彼此切磋，從而建立了穩定且長久的連結；同時，志工團持續不斷地為在地居民、學校及社福機構提供服務，藉此機緣，更激發了大家一同持續終身學習，以讓服務的對象，能獲得更完善、及不間斷的幫助，以燃亮他人的生命，將所學奉獻社會，此亦是志工團得以一直進步的關鍵因素。凡此，皆值得常面臨人力資源不足之窘境的公共圖書館參考與借鑑。

同時，本館亦積極參與全國性的論壇，乃至於國際性的海報展，將公共圖書館為民眾付出的努力，以及相關的成果，分享給全國、乃至世界各地的同道。由此，斗六市民更能以本館為榮，也越來越喜歡在圖書館中，體驗療癒閱讀帶來的心靈撫慰；同時，也愈來愈感受到，自己置身在一座幸福的城市中，而此正是前賢所說，「如果有天堂，應是圖書館的模樣」之意境了。

致謝

衷心感謝臺灣大學圖書資訊學系陳書梅教授，斧正本文鋪陳的邏輯架構與補充相關資料，同時，亦協助全文辭句之潤飾。

【參考書目】

王語竹（2017）。【王竹語專欄】老年憂鬱你注意到了嗎？三分之一的老人有「經常性孤獨」、「恐懼死亡」...。愛·長照。取自 <https://www.ilon-termcare.com/Article/Detail/1315>

- 林楚欣、黃燕鳳 (2009)。家庭生命教育—應用繪本進行親子共學。在嘉義大學主辦，共享生命的美好—2009 幼兒生命教育理論與實踐學術研討會，嘉義縣。
- 國家發展委員會 (2018)。國發會「人口推估報告(2018 至 2065 年)」新聞稿。取自
https://www.ndc.gov.tw/News_Content.aspx?n=114AAE178CD95D4C&sms=DF717169EA26F1A3&s=E1EC042108072B67
- 教育部 (2018)。教育部推動生命教育中程計劃。生命教育全球資訊網。取自 <https://life.edu.tw/zhTW/node/251>
- 陳書梅 (2009a)。兒童情緒療癒繪本解題書目。臺北市：國立臺灣大學出版中心。
- 陳書梅 (2009b)。教出好情緒資源篇—用繪本談情緒。親子天下，5，210-213。
- 陳書梅 (2014)。從沉鬱到淡定：大學生情緒療癒繪本解題書目。臺北市：國立臺灣大學出版中心。
- 陳書梅 (2018a)。從孤寂到恬適：樂齡情緒療癒繪本解題書目。臺北市：旺文社。
- 陳書梅 (2018b)。從迷惘到堅定：中學生情緒療癒繪本解題書目。臺北市：旺文社。
- 陳偉婷 (2017，7 月 17)。首度全國調查 台 1/3 兒童有精神疾患。中央通訊社。取自
<https://www.cna.com.tw/news/firstnews/201707170040.aspx>
- 黃迺毓 (2005)。《遇見圖畫書》看見生命花園 (曾心悌採訪)。好消息雜誌，128，18-19。
- 謝金蓉 (2011)。以生命教育繪本教學提升國小一年級學生尊重與關懷能力之行動研究。未出版之碩士論文，國立臺中教育大學教育學系教育行政與管理碩士在職專班，臺中市。