

公共圖書館推展發展性互動式兒童書目療法服務經驗談—以桃園市立圖書館「心靈處方箋」系列活動為例

The Developmental and Interactive Bibliotherapy for Children at Public Libraries: A Case of the Summer Series Activity at the Taoyuan Public Library

胡心慈

Hsin-Tzu Hu

桃園市立圖書館秘書

Secretary, Taoyuan Public Library

【摘要 Abstract】

近年兒童受情緒困擾者日漸增多，而情緒的不穩定將影響其性格發展，若未能及時排解其日常情緒問題，恐對其心理健康造成負面影響。爰此，本文以桃園市立圖書館 2015 年辦理之發展性互動式兒童書目療法服務—「心靈處方箋」系列活動實務經驗為例，分享公共圖書館如何運用合適的圖書資料與影音資源等，來紓解兒童日常情緒困擾，同時，更進一步地說明執行發展性互動式兒童書目療法服務之施行模式—準備、實施、評估等各階段應執行項目。藉由本文，希冀可作為圖書館同道實務上的參考，亦期許兒童書目療法在臺灣公共圖書館的應用能更加普及。

The emotional disturbance of children, which can influence their personality development is increasing nowadays. If emotional problems cannot be solved, they may cause adverse mental effects. Therefore, the purpose of this article is to share the notion of how developmental, interactive bibliotherapy allows children's negative feelings in daily life to vented by using appropriate books or audiovisual materials. Further,

for an understanding of how bibliotherapy can be conducted in public libraries, this article provides a case of the summer series activity at the Taoyuan Public Library in 2015, aiming to be a practical reference for public librarians.

【關鍵詞 Keywords】

書目療法服務、公共圖書館、兒童、書目療法、發展性互動式書目療法

Bibliotherapeutic Service; Public library; Children; Bibliotherapy; Developmental and interactive bibliotherapy

壹、兒童的情緒困擾問題與情緒療癒需求

兒童的性格養成，與其身體、智力和情緒的發展關係甚鉅，而情緒之穩定與否對個人性格將產生很大的影響(詹棟樑, 1971)。然而，根據兒童福利聯盟 2016 年的「兒童心願與煩惱調查」數據顯示，兒童經常有煩惱者約有 21%、偶爾有煩惱者約有 56% (兒童福利聯盟, 2016)。另外，透過《親子天下》2014 年的情緒力大調查發現，許多的孩童在心情不好時，不知道該怎麼做或不知找誰訴苦，其中 40% 國小男生及 26% 國小女生不願意以口語或書寫形式表達內心的煩惱(蘇岱崙, 2014)。又，依據教育部《特殊教育統計年報》的統計資料(教育部特殊教育小組, 2008, 2019)，發現台灣在少子化的浪潮下，國小學生人數下降，但有情緒行為障礙的國小學生人數，卻在近十年間有明顯上升趨勢。因此推斷，許多孩童未能適當地調適負面情緒，以致日常生活間各種細微的情緒問題，不斷擴大成情緒風暴，甚至因而出現情緒行為障礙(蘇岱崙, 2014)。

對此，教育部積極推展情緒教育，而情緒教育的目的在於教導兒童辨識及表達自己的情緒，了解他人感受，以建立良好人際關係

(Bar-On, 2000)。如 2017 年 8 月 1 日生效之「幼兒園教保活動課程大綱」(教育部, 2017) 已正式將「情緒」納入六大課程領域之中；另外，九年一貫課程所培養十大基本能力中第四項基本能力—表達溝通與分享，亦與情緒教育息息相關(賴淑敏, 2012)，而該課綱第一階段到第三階段(小學一年級至六年級)均有納入表達溝通與分享能力。而教師推動情緒教育的方法，如繪本教學、寫情緒日記等；其中，繪本素材的運用更為常見(許芳菊, 2009)。近年來，臺灣亦持續有以繪本方式應用於情緒教育的相關實證研究，結果皆顯示，繪本是兒童情緒教育的有效工具(李欣蓓、蘇育令, 2013, 林京穎, 2018；柯玫青, 2017；郭秀霞, 2013；翟敏如, 2012)。

除了學校推動的兒童情緒教育，為解決兒童情緒困擾，公共圖書館近年也開始推展相關服務。因兒童族群為公共圖書館服務的對象之一，且公共圖書館有豐富的兒童讀物館藏，並致力於各項閱讀推廣。而閱讀除增智、娛心的功能外，也有情緒療癒的作用(陳書梅, 2009a)。相關研究指出，閱讀相關讀物如：繪本、小說、寓言，以及漫畫等，對兒童具有情緒療癒作用，此即所謂的「書目療法」(bibliotherapy)之理念(施常花, 1988；陳書梅, 2014；陳書梅、程書珍, 2013)。因此，近年臺灣的一些公共圖書館開始推展「書目療法服務」(bibliotherapeutic service)，並運用情緒療癒素材，幫助兒童舒緩負面情緒。其中，如高雄市立圖書館三民分館、臺中市立圖書館豐原分館、臺東縣鹿野鄉立圖書館等公共圖書館，已設立情緒療癒專區；或如臺南市立圖書館、桃園市立圖書館(以下簡稱桃市圖)及斗六市立圖書館等，曾辦理關於兒童書目療法服務之館員與志工培訓工作坊(陳書梅, 2017)。換言之，臺灣許多公共圖書館已推動書目療法服務，其中不乏針對兒童所施行之書目療法服務，由此可見，兒童書目療法服務是公共圖書館正方興未艾的創新讀者服務。

貳、書目療法服務的類型與施行方式

書目療法亦翻譯為讀書治療、閱讀療法等(王波, 2014；王萬清,

1999；施常花，1988），係指遭受情緒困擾者，透過閱讀適當的圖書資訊資源，而使個人跳脫負面情緒狀態，並得以使內心恢復平靜，進而能思考，個人可如何解決所遭遇之困擾問題（陳書梅，2008）。

在閱讀的過程中，讀者會經歷認同(identification)、淨化(catharsis)與領悟(insight)三個心理階段；認同係指，讀者將故事主角的特徵歸因於自己，藉此在情感上獲得支持；此外，亦因故事中角色人物和自己有共同之處，而產生共鳴感，故此，讀者能以個人經驗，詮釋角色的行為和內心感受。淨化是指讀者進入角色人物的內心世界，體驗到其在遭遇不同事件時，情緒的高低起伏，此會讓讀者心中壓抑的負面情緒，得以隨之釋放出來，使原本的心理衝突恢復平衡。領悟則是讀者透過故事角色的處事手法，省察個人所遭遇問題的癥結點，並能內化角色人物面對挫折時的正面態度與行為，並在真實情境中採取行動，解決個人的困擾問題（陳書梅，2008，2014；Russell & Shrodes, 1950）。若讀者在閱讀後，產生了上述的認同、淨化、領悟心理狀態，即是閱讀素材發揮了情緒療癒(emotional healing)功能。

一般而言，書目療法最常見的分類為「發展性書目療法」(developmental bibliotherapy)及「臨床性書目療法」(clinical bibliotherapy)（王萬清，1999；施常花，1988），相關文獻指出，發展性書目療法主要係對一般心理健康的人施行之書目療法，施行者可由當事者、父母、師長、社會工作者、圖書館館員等熟悉圖書資訊資源，且與富有同理心者施行，施行場域可為社會福利機構、社區、一般學校或公共圖書館。而臨床性書目療法，則指對心理疾病患者施行的書目療法，需要由受過心理治療專業訓練的人員施行，如精神科醫師、臨床心理師，或由他們與圖書館館員合作進行（陳書梅，2008；2017）。

此外，書目療法亦可分為「閱讀式書目療法」(reading bibliotherapy)及「互動式書目療法」(interactive bibliotherapy)。閱讀式書目療法是讀者透過自行閱讀來獲得情緒療癒之效，互動式書目療法則指施行者

除推薦閱讀素材外，並進行指導性或非指導性的對話及討論，其目的是藉由互動的過程，引導當事人經歷認同、淨化及領悟等歷程（陳書梅、程書珍，2013）。另外，由施行者與當事人一對一進行之書目療法，為「個別式書目療法」（individual bibliotherapy）；施行者與多人以團體方式進行之書目療法，則為「團體式書目療法」（group bibliotherapy）（Rubin, 1978）。

書目療法是一種所有年齡層皆適用的自然療法，而對兒童施行的，則可稱為兒童書目療法（bibliotherapy with children）。專家學者指出，兒童在閱讀時，隨著故事中角色情緒的起伏，能使負面情緒獲得紓解（季秀珍，2011；施常花，1988；陳書梅、盧宜辰，2005）。由於兒童的語言與理解能力仍在發展階段，故兒童書目療法的施行者，更適合由兒童的家人、師長，或是了解閱讀素材與兒童心理的專業人士擔任，由他們為兒童選擇適合的閱讀素材，帶領兒童閱讀及思考，以協助兒童從閱讀中獲得情緒療癒之效（季秀珍，2011；陳書梅、盧宜辰，2005）。

綜上，書目療法服務可體現閱讀的情緒療癒功能，而公共圖書館廣納各種類型的閱讀素材，且作為閱讀推廣的推動者，如何透過書目療法服務將具有療癒功能之館藏推廣給兒童，以協助兒童讀者面對並解決其情緒困擾，是吾人可思考的議題。因此，筆者以桃市圖於2015年所辦理之暑期「心靈處方箋」系列活動為例，分享公共圖書館辦理發展性互動式兒童書目療法活動之經驗，並期本文能作為圖書館同道實務上的參考。

參、桃園市立圖書館「心靈處方箋」系列活動

桃市圖於2014年12月25日始正式成立，在這五年間，桃市圖不時辦理各項結合書目療法概念的講座、館員及志工培訓和主題書展（如圖1、圖2）。而本館為推廣兒童讀者的情緒療癒閱讀，遂於2015年展開對兒童族群之發展性互動式書目療法服務。



圖 1 桃市圖 2016 年館員及志工書目療法培訓工作坊



圖 2 桃市圖總館心靈小舖主題書展區

具體言之，當年桃市圖龍潭分館翁全好主任，規劃在暑期閱讀推廣活動中，納入療癒性閱讀元素，期能透過輕鬆的故事，與兒童讀者互動，同時導入書目療法的概念，讓小朋友習得如何透過圖書或影音資源，自我舒緩負面情緒。因此，翁主任請曾修讀「書目療法專題」課程的筆者，以及當時一起修課的同學—銘傳大學圖書館館員周湘媛，兩人共同策畫「心靈處方箋—用閱讀療癒心情」系列活動。如前述，相關文獻指出，在對兒童讀者施行書目療法服務時，適合以互動式書目療法的方式，帶領兒童閱讀情緒療癒素材。因此，筆者設計了一系列的兒童互動式書目療法活動。該系列活動共有七場次，每周六辦理一場，每場二小時，預設的對象為一至六年級的兒童讀者。

而學者專家建議(王萬清, 1999), 互動式書目療法的進行方式, 可分為準備、實施及評估等三個階段, 其中準備階段為尚未正式施行前的前置作業, 包括與當事人建立關係、使其了解並同意未來將進行的書目療法, 並理解其情緒需求以準備合適素材; 而實施階段則是安排合適之環境及時間來施行書目療法, 主要包括現場說明、素材共讀及互動討論, 另外, 亦可帶入延伸活動, 如繪圖創作或角色扮演等, 以期發揮更大效用; 最後則是評估階段, 可透過當事人或是其親友的評估, 或施行者自評等方式, 來確認施行成效, 並檢討可精進的部分, 以作為下次活動的調整依據。以下將依序說明本次系列活動的準備階段、實施階段以及評估階段的實際執行內容。

一、準備階段

書目療法的相關研究主張，在挑選情緒療癒素材時，應考慮讀者個人的情緒困擾問題和身心狀況等（陳書梅、盧宜辰，2005）。然而，公共圖書館辦理活動時，讀者皆經由網路報名參加，故筆者未能事先接觸參加者，了解他們個別的情緒困擾問題。相關文獻指出，兒童情緒困擾分為三歲前就有的原始情緒，即為「一般情緒」，如生氣、難過、害怕；另外隨著年紀增長和成長的經驗，會發展出「社會化情緒」，如嫉妒、緊張及失望等（洪儷瑜，2009）。另外，筆者亦參考主題為兒童情緒相關的繪本，歸納單元主題為：三種一般情緒（害怕、生氣及難過），及四種社會化情緒（嫉妒、失望、後悔及自卑），並依歸納所得七種兒童情緒的類型，辦理共計七場次的發展性互動式之兒童繪本書目療法服務，分別臚列如下。

- （一）第一場次：我不害怕
- （二）第二場次：我不生氣
- （三）第三場次：我不難過
- （四）第四場次：我不吃醋
- （五）第五場次：我不失望
- （六）第六場次：我不後悔
- （七）第七場次：我不自卑

在設定完主題後，筆者依據不同主題單元，挑選情緒療癒素材。相關文獻顯示，在選擇兒童書目療法素材時，應考慮兒童的心理發展與運思能力，除了圖書資源外，也能選用圖片、插畫或與兒童日常生活經驗相關的元素；亦可挑選兒童感興趣的主題或人事物，以吸引他們閱讀（陳書梅，2013）。而兒童書目療法常運用繪本、小說、寓言、漫畫等圖書資源，或音樂、動畫等影音資源來作為施行素材（季秀珍，2011；施常花，1988；陳書梅、程書珍，2013；陳書梅、盧宜辰，2005）；而且，交替使用圖書資料和影音資源，可提高兒童的閱讀興趣，讓兒童的感受更加深刻（季秀珍，2011）。

因此，本次活動，亦同時採用圖書資料及影音資源。圖書資料的素材方面，主要參考《兒童情緒療癒繪本解題書目》(陳書梅, 2009)中所列，針對兒童的情緒困擾問題所推薦的繪本；此外，亦在網路上檢索其他符合活動主題的讀物；之後，筆者依據書目療法認同、淨化、領悟之情緒療癒原理，確認該素材是否合適。而挑選的素材以繪本為主，如《安娜害怕的時候》、《壞心情！》、《我希望我也生病》等。此外，亦挑選寓言故事，如「國王的驢耳朵」。影音資源方面，則包含卡通、音樂等，如當時深受孩子喜愛的迪士尼電影——《冰雪奇緣》的主題曲目〈Let it go〉，除可引起孩子參與活動的興趣外，該電影的劇情、歌詞意境及音樂的旋律與節奏，亦能引起觀眾認同、淨化及領悟的心理狀態。

另外，互動式書目療法的準備階段中，亦包括施行者與參加者建立良好關係；因此，本次活動利用第一場次時間，加強與孩子們的互相認識，並讓他們了解活動理念。在實務執行上，除自我介紹外，亦以簡單易懂的方式，說明書目療法的概念，以令兒童了解後續活動的進行模式。此外，更以兩位施行者的特徵（筆者及周湘媛小姐），設計了本活動的代表角色——小銅、小鐵（如圖 3），透過可愛的代表角色作為視覺標示貫穿系列活動，引發孩子的興趣之外，更可透過代表角色的表露情緒，引領討論、互動及後續延伸活動的設計。



圖 3 「心靈處方箋」系列活動代表角色（繪者：周湘媛）

二、實施階段

每場次活動的實施流程，皆可分為開場引導、素材共讀、提問討論及延伸活動等四個階段（如圖4），茲詳述如下。

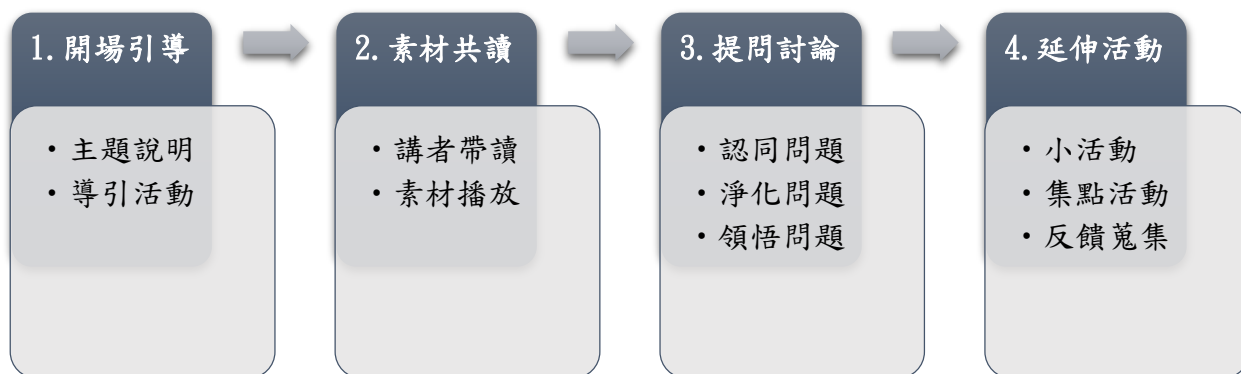


圖4 「心靈處方箋」系列活動實施階段流程

（一）開場引導

開場引導的部分，主要係讓小朋友瞭解當日的情緒主題，另外，如同 Cornett (1980) 所建議執行階段的流程，可藉由導引活動激發當事人動機及營造氛圍，並吸引注意力，課程開始前亦安排小活動或問題，來引導主題。舉例而言，在「我不吃醋」的活動單元，安排嗅聞神秘液體的橋段（醋），讓小朋友來猜今日主題；或如「我不害怕」活動單元開頭，先問問大家有沒有害怕的東西，以小討論作為後續主題的引導。

（二）素材共讀

在素材共讀環節方面，繪本的部分，筆者會在活動前調閱桃市圖各館館藏，以利活動現場發放多本繪本，便於孩子們閱讀。透過實體繪本，可讓孩子更容易觀察繪本的角色表情變化及畫面細節。另外，繪本的共讀流程除透過講者帶讀的方式之外，依故事文本難易及角色台詞等狀況，也會讓孩子一起輪流角色扮演，融入故事情節；而寓言或其他非圖書資料的文字內容，則以電腦投影呈現；影片或歌曲則以公播版進行放映；至於其他網路資源，如確認無授權問題，便以投影

方式讓孩子們共同欣賞。

(三) 提問討論

為讓小朋友可以循序漸進地了解素材內容與自身經驗的比較與領悟，討論問題乃根據書目療法情緒療癒的原理，分別以「認同」、「淨化」以及「領悟」這三個心理歷程，依序設計問題，並與小朋友互動討論，以確認其了解素材內容（認同），並且心情隨之變化（淨化），最後以體悟自身類似情緒困擾的解決方法或想法（領悟）。有關討論問題，以「我不生氣」單元活動中，共讀之繪本《壞心情！》為例，各階段討論問題及預期效益列舉如下（如表1）。

表1 繪本《壞心情！》情緒療癒三階段討論問題示例

歷程	討論問題示例	預期效益
一、認同	<ol style="list-style-type: none"> 1. 《壞心情》的故事主要在說什麼？主角是誰？ 2. 獾遇到什麼煩心的事情呢？ 3. 獾是因為誰或什麼事而不開心的呢？ 	<p>確認兒童讀者了解故事主角及內容。</p>
二、淨化	<ol style="list-style-type: none"> 1. 一開始，獾心情不好時，是怎麼樣解決問題？ 2. 獾與森林中的動物們互動後，心情變得怎麼樣？ 3. 獾回到家後心情有什麼變化？ 4. 	<p>此階段透過與兒童讀者的互動討論，讓他們感受到故事中主角的情緒變化，藉此協助其自我省察類似情緒，並隨著故事情節的發展一同排解其負面情緒。</p>
三、領悟	<ol style="list-style-type: none"> 1. 整個故事中，獾用哪幾種方式處理壞心情，你覺得哪些適當？哪些不適當？ 2. 如果你是故事中的主角，你會跟獾用相同方法解決問題？還是其他更好的辦法？為什麼？ 3. 讀完整個故事後，你獲得了什麼啟發？ 4. 	<p>在此階段拋出問題，讓兒童讀者比較自己與故事主角所面臨的情緒差異，並協助他們從故事中，領悟未來遇到相同情緒困擾的處理方式。</p>

(四) 延伸階段

在互動討論的環節結束後，部分單元亦安排延伸活動，讓小朋友可以更多元的方式表達內心感受，並強化閱讀素材對孩子們產生認同、淨化及領悟的效果，如在「我不難過」單元活動中，便安排繪圖的延伸活動，讓孩子替代表角色畫上難過的表情，並以文字描述(如圖5)，同時，再口頭討論讓小銅、小鐵不難過的方法。

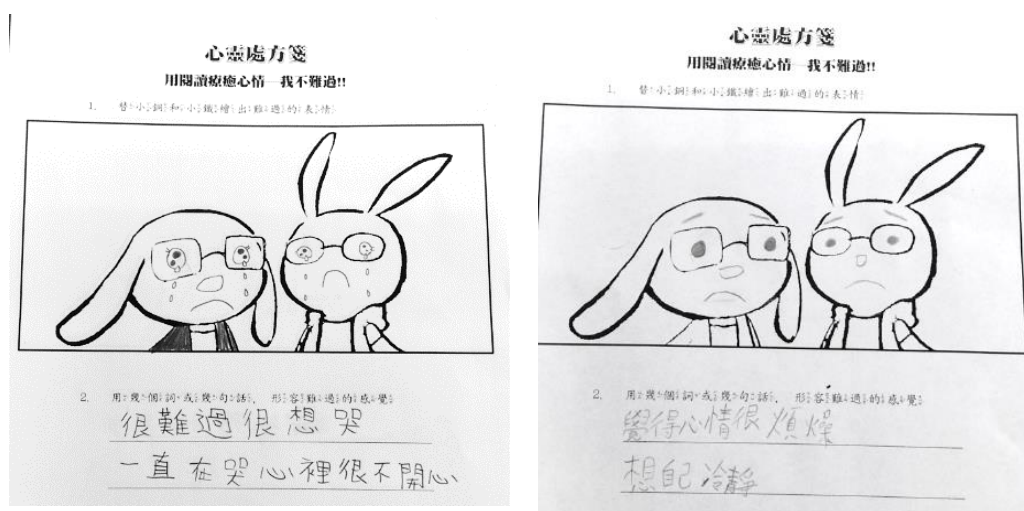


圖5 「心靈處方箋」系列活動—延伸活動繪圖示例

除此之外，每場次活動結束前，來參加的孩子，可獲得當日活動主題的「故事卡片」(如圖6至8)，每張的故事卡片內容，都與該場次活動的主題有相關，如可從圖7看到，在「我不生氣」的單元活動中，故事卡是主角兔子遇到生氣的熊，卡片背面則是兔子分享好心情，讓熊的心情也從負面轉為愉悅的橋段。

而參加一系列七場次活動的孩子，則能蒐集全部的故事卡片，串聯的卡片故事，更可視為一個有認同、淨化及領悟的迷你小繪本，這是本系列活動所安排的小巧思，也是要到最後的單元活動才能感受到的驚喜。值得一提的是，本次系列活動的故事小卡片係由講者周湘媛小姐親自繪製，因畫風可愛，所有參與活動的孩子們，皆相當期待每次單元活動後的故事小卡。



圖 6 迷你繪本封面

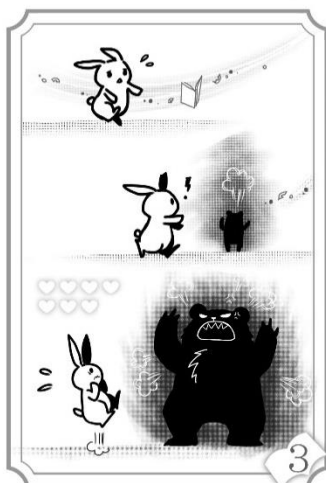


圖 7 「我不生氣」單元
活動故事小卡之
一

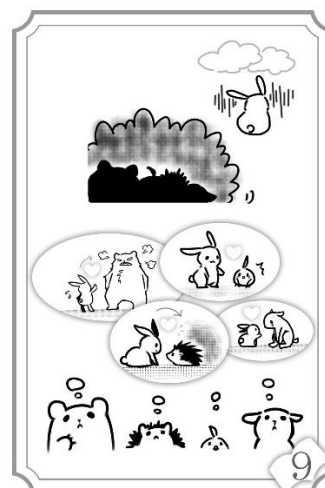


圖 8 結局故事小卡之一

三、結果評估

(一) 外部評估—參加者評估

本活動評估階段的外部評估部分，主要係藉由每場活動所獲得的小朋友口頭反饋，以了解其對活動的感受。令筆者特別印象深刻的，是在「我不吃醋」的單元活動中，有孩子在活動後特別主動表達自己的想法，表示和繪本《我希望我也生病》中主角有相同的感覺，她原本覺得媽媽的愛分給了弟弟，因此不太喜歡弟弟；但是在參加活動過後，覺得未來不會再吃醋鬧彆扭，而是會想和弟弟一起分享媽媽的愛。透過孩子表達這樣的情緒變化，可看出公共圖書館運用療癒性的館藏資源，針對兒童辦理發展性互動式書目療法服務，確實能幫助孩童解決日常的情緒困擾問題。

另外，本系列活動的最後一場，以互動回饋的方式，與孩子一同回憶所有系列活動的情緒內容，孩子現場皆踴躍回應，並且表示對活動內容感到滿意。然而，此次活動缺乏對參與的小朋友或其家長的正式書面回饋調查，未來相關活動將納入評估規劃，以更具體了解到孩子的想法，並確認經過書目療法服務的活動後，參與的孩子們對於解決情緒困擾的處理方式是否有新的體悟。

(二) 內部評估—施行者的自我評鑑

自評部分，包含講者與圖書館單位的每場活動後檢討，以及自我評估的總檢討內容，歸納出幾點重要可改進項目，包括：1、未來受眾年齡可再細分為小學低年級及高年級，以使素材選擇能更符合所有參與者的心理發展與運思能力；2、活動時間應考量素材內容的長短，以確保孩子能確實了解素材內容，並能有充分時間進行討論和互動。

本系列活動為期七周，藉由孩子們與兩位講者的定期相聚，能漸漸加深彼此的瞭解，有利於建立雙方的信任關係，亦能對互動式書目療法服務的推行有所幫助。



圖 9 活動場景



圖 10 活動結束合影

肆、結語

近年來，臺灣的公共圖書館所推展之書目療法服務愈趨普遍；其中有許多係針對兒童辦理之活動，因為吾人普遍認知到兒童如成人般有各種情緒困擾，若不適當地紓解，將影響其身心的健全發展。而如前述所提，高雄市立圖書館、臺中市立圖書館、臺南市立圖書館、臺東縣鹿野鄉立圖書館及雲林縣斗六市立繪本圖書館等(陳書梅, 2017)，皆已辦理書目療法情緒療癒主題書展、演講、工作坊或館員培訓等活動。

本文以桃市圖曾辦理之發展性互動式兒童書目療法服務—「心靈處方箋」系列活動，作為經驗分享，期讓更多圖書館同道了解，除了針對心理疾病患者所施行的臨床性書目療法服務之外，亦有適用於日常生活中一般情緒困擾之發展性書目療法服務。準此，吾人可從推廣

閱讀的角度來推展發展性書目療法服務，以彰顯圖書館館藏資源的療癒功能；同時，亦可幫助讀者心靈保健、解決日常情緒困擾。

雖然，每一個兒童均有其個人不同的生活經驗與情緒感受，但本文所分享的桃市圖相關系列活動，係以一般兒童在日常生活中常見之情緒困擾為主，依情緒主題挑選療癒素材，再以事先安排每場次情緒主題的方式，設計單元活動，進行團體式書目療法服務，而並未針對個別兒童的情緒困擾問題提供個人化服務；因此，筆者建議，未來公共圖書館如欲針對兒童施行個別式的書目療法服務，則可透過活動前發放問卷調查，了解欲參加者的情緒需求，或可與幼兒園、國小等學校合作，由其協助彙整參加者相關資訊供圖書館評估，以期所選閱讀素材能更能符合當事人個別的情緒療癒需求。

另外，透過本文所分享的系列活動，希冀未來臺灣的公共圖書館皆能針對兒童常見的情緒困擾辦理相關活動，並將療癒閱讀的概念融入其中，如，透過辦理發展性互動式書目療法服務，藉由共同閱讀與互動討論的方式，來淨化兒童的心靈；同時，也可讓館藏的功用發揮到最大。最後，期冀本文能起到拋磚引玉的作用，使書目療法服務能在公共圖書館的推展更加普及，藉此讓更多困頓的心靈透過療癒閱讀獲得撫慰。

【致謝】

本次系列活動是桃園市立圖書館推展書目療法服務的開端。筆者要感謝龍潭分館翁全好主任，規劃本系列活動，讓桃園市立圖書館有機會推動發展性互動式兒童書目療法服務；同時，也感謝修習「書目療法專題」課程的大學好夥伴周湘媛小姐，在工作忙碌之餘，仍答應共同策畫桃園市立圖書館暑期系列活動，並且完成了那套令孩子愛不釋手的故事小卡。而筆者最要感謝的人，是國立臺灣大學圖書資訊學

系陳書梅教授，陳教授長期研究書目療法，在筆者學生時期即受其書目療法課程的啟蒙，乃至桃園市立圖書館實務推展書目療法服務的專業指導與提攜；同時，筆者更是感謝陳教授以專業角度給予本文書目療法概念上的指導，並且協助潤稿，使本篇文章得以順利完成。

【參考書目】

- 王波 (2014)。閱讀療法。(第2版)。北京市：海洋。
- 王萬清 (1999)。讀書治療。臺北市：心理。
- 李欣蓓、蘇育令 (2013)。教師使用情緒繪本進行幼兒情緒教學之行動研究。輔仁民生學誌，19 (2)，53-69。
- 季秀珍 (2011)。兒童閱讀治療。南京市：江蘇教育。
- 林京穎 (2018)。繪本融入情緒教育活動與幼兒情緒理解表現之探究。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系，臺北市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/mk426a>
- 兒童福利聯盟 (2016)。2016年兒童心願與煩惱調查。取自 <https://www.children.org.tw/research/detail/67/864>。
- 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。
- 柯玟青 (2017)。運用繪本提升學童情緒智力表現之行動研究—以國小一年級為例。未出版之碩士論文，淡江大學課程與教學研究所碩士在職專班，新北市。
- 教育部 (2017)。幼兒園教保活動課程大綱。取自 https://www.ece.moe.edu.tw/wp-content/uploads/2017/03/幼兒園教保活動課程大綱完整上傳含發布令版 NEW1_頁碼更新版.pdf。
- 教育部特殊教育工作小組 (2008)。九十七年度特殊教育統計年報。

- 臺北市：教育部。
- 教育部特殊教育工作小組（2019）。一〇七年度特殊教育統計年報。臺北市：教育部。
- 許芳菊（2009）。情緒教育怎麼教？。親子天下，5，180-183。
- 洪儷瑜（2009）。我的孩子有情緒困擾嗎？。親子天下，5，192-197。
- 郭秀霞（2013）。繪本融入情緒教育課程對國小二年級情緒調整能力之影響。教育研究論壇，5（1），99-115。
- 陳書梅（2008）。圖書館與書目療法服務。大學圖書館，12（2），15-41。
doi: 10.6146/univj.2008.12-2.02
- 陳書梅（2009a）。青少年暑期休閒與療癒閱讀。臺中家扶雙月刊，139，3。
- 陳書梅（2009b）。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（2013）。國小兒童之情緒療癒閱讀。臺北市立圖書館館訊，30（3），69-79。
- 陳書梅（2014）。發展性繪本書目療法與兒童之心理健康。載於國立臺灣師範大學社會教育學系（主編），王振鵠教授九秩榮慶論文集（255-270頁）。臺北市：國立臺灣師範大學社會教育學系。
doi:10.6491/WCK.2014.255。
- 陳書梅（2017）。臺灣之圖書館書目療法服務發展現況探析：由「邁向健康幸福人生論壇」談起。公共圖書館研究，6，3~1-3~44。
- 陳書梅、程書珍（2013）。公共圖書館發展性兒童書目療法服務需求之研究。國家圖書館館刊，2，1-34。
- 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。doi: 10.6575/JoLIS.2005.54.04
- 詹棟樑（1971）。值得重視的兒童情緒教育。師友月刊，48，22-24。
doi: 10.6437/EM.197106.0022

- 翟敏如 (2012)。探究繪本融入情緒教育活動對幼兒情緒認知與調節能力之影響。《教育心理學報》，44 (1)，27-47。doi: 10.6251/BEP.20110704
- 盧宜辰 (2005)。我國公共圖書館施行兒童書目療法服務之研究。未出版之碩士論文，國立臺灣大學圖書資訊學研究所，臺北市。
- 賴淑敏 (2012)。國民小學中年級實施情緒涵養理念取向的情緒教育之行動研究。未出版之碩士論文，國立東華大學課程設計與潛能開發學系，花蓮縣。
- 蘇岱崙 (2014)。《親子天下》情緒力大調查：面對負面情緒，6 成孩子束手無策。《親子天下雜誌》，55，140-147。
- Bar-On, R. (2000). *Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory*. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 363-388). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Cornett, C. E. (1980). *Bibliotherapy : The right book at the right time*. Bloomington, Ind: Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- Rubin, R. J. (1978). *Using bibliotherapy : A guide to theory and practice*. Phoenix, AZ: Oryx Press.
- Russell, D. H., & Shrodes, C. (1950). Contributions of research in bibliotherapy to the language-arts program. *The School Review*, 58(6), 335-342.