



孩子最迫切的
價值判斷力

主題：外貌情結

香甜小雀斑

作者／張惠京 繪者／崔正仁 譯者／吳在嫻





作者 **張惠京** (Hye Kyung Jang)

研究所專攻兒童發展心理學，現正致力於幼兒教育節目和繪本的企劃與撰寫。著有《劈哩啪啦，紅棗啊》、《移動的商店》等書，以及繪本翻譯作品《怪物密涅瓦》、《包迪與弗洛里》、《大先生》等書。

繪者 **崔正仁** (Jeong In Choi)

1974年出生於首爾，在弘益大學主修版畫。

作品有《送走爸爸》、《牛郎織女》、《巴里公主》、《偷畫賊俊模》、《小偷先生的足跡》、《金九千九百》、《姊姊離家出走了》等書。

譯者 **吳在娛**

師大附中文學獎出身，輔仁大學中文、英文雙學士，中正大學電訊傳播研究所碩士。曾獲懷恩文學獎、入選信誼幼兒文學獎。作品散見於各報副刊，數度選入講義雜誌與讀者文摘。作品有兒童小說《奇幻森林的娘娘腔事件》及繪本《阿嬤的碗公》。

作家、中英文繪本講師、少年小說導讀人，在各大書店、電台及國中、小推廣繪本、少年小說及兒童情緒教育，並在教育廣播電台《時光下午茶》節目中擔任《繪本與新詩的撞擊》固定與談來賓，在國語日報撰寫少年小說書介。

很喜歡孩子跟老人家，作品長期關懷兒童與社會，未來最想做的是為孩子寫繪本及小說。翻譯此書的時候，想起來自己小時候也被嘲笑過「吳老鷹」。

心靈OK棒

香甜小雀斑

2017年3月初版

定價：新臺幣300元

有著作權，翻印必究

Printed in Taiwan.

著者 張惠京
繪者 崔正仁
譯者 吳在娛
總編輯 胡金倫
總經理 羅國俊
發行人 林載爵

出版者 聯經出版事業股份有限公司
地址 台北市基隆路一段180號4樓
編輯部地址 台北市基隆路一段180號4樓
叢書主編電話 (02) 87876242 轉 213
台北聯經書房 台北市新生南路三段94號
電話 (02) 23620308
台中分公司 台中市北區崇德路一段198號
暨門市電話 (04) 22312023
台中電子信箱 e-mail: linking2@ms42.hinet.net
郵政劃撥帳戶 第0100559-3號
郵撥電話 (02) 23620308
印刷者 文聯彩色製版有限公司
總經銷 聯合發行股份有限公司
發行所 新北市新店區寶橋路235巷6弄6號2樓
電話 (02) 29178022

叢書主編 黃惠鈴
叢書編輯 張玟婷
整體設計 呂佳欣

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第0130號

本書如有缺頁、破損，倒裝請寄回台北聯經書房更換。 ISBN 978-957-08-4907-3 (精裝)

聯經網址: www.linkingbooks.com.tw

電子信箱: linking@udngroup.com

Original title: 깨투성이;

Text by Hye Kyung Jang; Illustrations by Jeong In Choi;

Copyright © Bookstart Media, 2011; Agent: The ChoiceMaker Korea Co., Korea

Complex Chinese Copyright © Linking Publishing Company, 2017

Linking Publishing Company published this book by transferring the copyright of

Korean version under license from BookStart Media in Korea through the arrangement of

The ChoiceMaker Korea Co.

All rights reserved.

香甜小雀斑

作者／張惠京（Hye Kyung Jang） 繪者／崔正仁（Jeong In Choi） 譯者／吳在嫻





「小雀斑！」

我才不是小雀斑，
我的名字叫納莉。

「你們看，小雀斑！」

同學又在取笑我。

我在心裡大喊：

「我是納莉！不是小雀斑！」

我不喜歡臉上黑芝麻一樣的點點，
「小雀斑！小麻臉！」
聽到別人這樣叫我，我會很難過，
那會讓我有一種想哭的感覺。



我問爸爸媽媽：「為什麼只有我的臉上有雀斑？」
媽媽說：「寶貝，雀斑讓你看起來更可愛！」
爸爸捏捏我的鼻子對著我笑，
我的雀斑哪裡好笑？



我沒辦法不去在意我的小雀斑，
是不是因為……我太愛曬太陽才會長雀斑？
那我再也不要曬太陽，
我用雙手遮住我的臉。

「小雀斑，接球啦！」
一直遮住臉就不能跟大家玩，
哎喲，我該怎麼辦？



你是特別的！

第一次見到你，我就知道我們會成為好朋友。
就像別人嘲笑你的點點雀斑一樣，
他們也嘲笑我的滿頭捲髮。
我總是戴著帽子，想遮住這頭捲髮，
下雨天，我的捲髮更毛更翹，一點都不想出門。
直到有一天，我突然想通了，
捲髮不是什麼毛病，我為什麼要感到這麼丟臉？
我並沒有做錯事，是嘲笑我的那些同學不對。
這麽想讓我好多了，也更有自信。
現在我覺得我的捲髮讓我看起來獨特又好看，
親愛的好朋友，別忘記你也是獨一無二，
沒有人有你身上那種香甜的香味。

你的泡麵頭好友



面對你的外貌情結

故事帶領我們看到納莉如何一步步克服自己的外貌情結。當同學取笑納莉是「小雀斑」時，納莉非常難過，真討厭自己臉上一點一點的小雀斑！後來，她遇到一位稱呼她是「香甜雀斑」的捲髮女孩，她發現納莉的雀斑有「香香甜甜」的好聞味道，讓納莉帶著好玩又正面的態度去看待自己獨特的雀斑，接納自己對雀斑的複雜情結，並開始愛上臉上有雀斑的自己。

孩子從很小就開始察覺自己外貌的特徵，所以也容易發展出對外貌的複雜情結。克服這情結的第一步是什麼呢？就是承認並接納自己原本的樣子。「真的耶，我有很多雀斑呢！」、「是啊，我的頭髮超級捲。」、「對啊，我是矮了一點。」當一個孩子覺得困窘、不喜歡，甚至想試著隱藏自己某些外貌特徵的時候，外貌情結就會更加糾結、嚴重。

對，就是現在，請你站到鏡子前，仔細專注的看看自己，鏡子裡所映照出來的那個可愛的你就是真真實實的自己。面對與接納自己吧！這樣是不是開心多了？



正面積極的愛自己

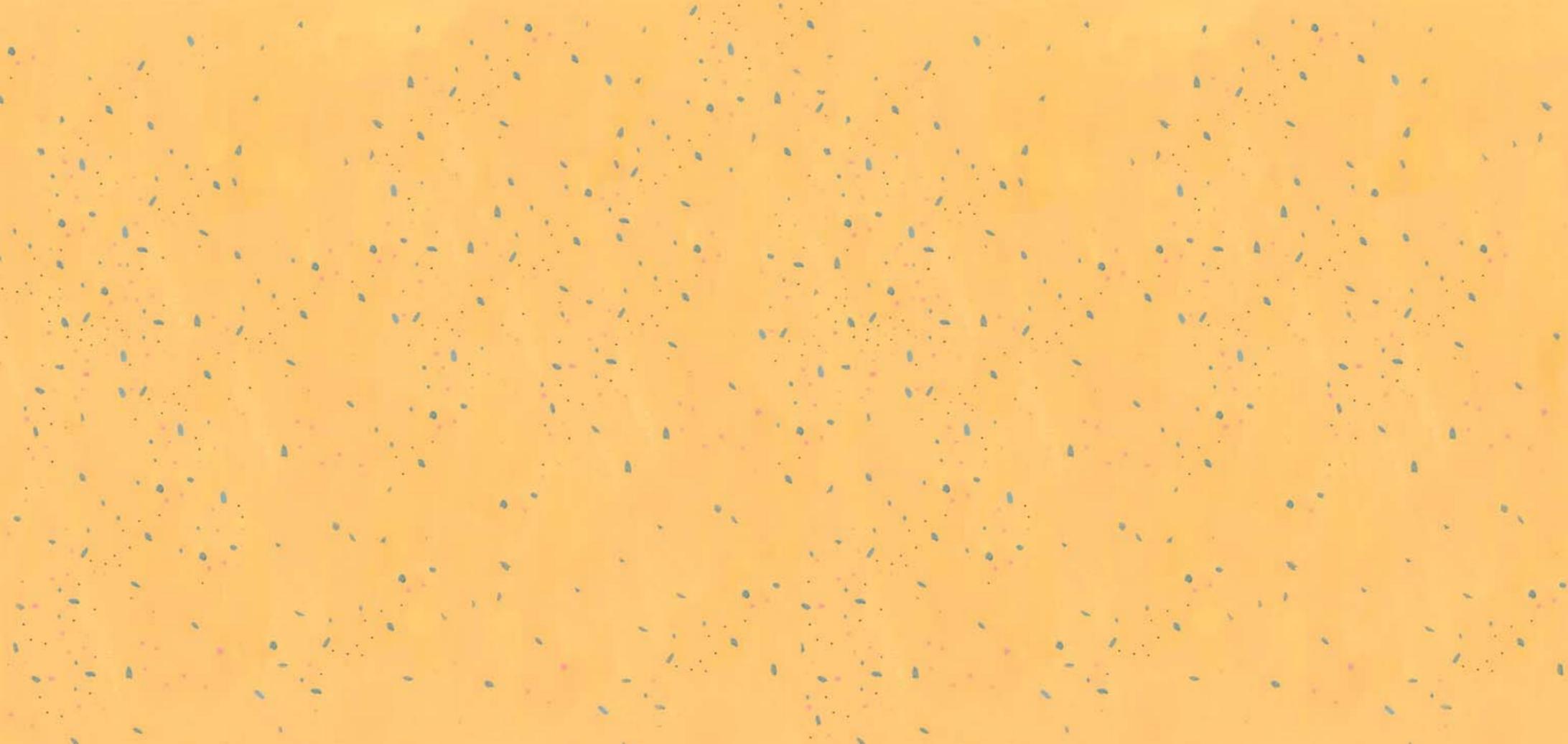
如果想把自己不喜歡的某部分改掉，那就是否定自己、沒有全然接受自己。如果想要改變的部分無法改變，最好的解決辦法就是轉變我們看待的方式，就像納莉被她的捲髮朋友說服，她的雀斑香香甜甜的。如果你的孩子有自卑感，幫助他們用正面、樂觀的角度接受自己。

假如你的孩子戴眼鏡，你可以說：「你有兩對眼睛看世界，就是多了一對眼睛可以看進別人的內心，這就是你這麼特別的原因！」如果你的孩子比較胖，除了協助減重，你還可以說：「不喜歡你的大身體嗎？你的身體一定得這麼大啊，因為它必須乘載你那顆寬廣的心！你是如此特別。」並進一步協助孩子把焦點聚焦在他們擁有的優點和吸引人的特質上。

與孩子一起討論

1. 為什麼納莉的同學要嘲笑她？
2. 納莉做了哪些事想去掉她的雀斑？
3. 納莉的新朋友怎麼稱呼她？
4. 你曾經因為外表而被朋友取笑過嗎？
5. 當你看著鏡子裡的自己時，你都想些什麼呢？





外貌情結

也許無法改變外貌，卻可以改變看待自己外貌的角度；

只要改變角度，很多事情就會呈現完全不同的面貌，別忘了，你是獨一無二的！



納莉最討厭別人叫她小雀斑，
她想盡辦法將臉上的雀斑去除，
卻越弄越糟，而捲髮女孩的出現，
慢慢改變了小納莉的自卑感，
這個女孩是如何做到的呢？

ISBN 978-957-06-4907-3



9 789570 849073

適讀年齡：國小中年級以上