



書名: 優良蛋

作者: 喬里約翰 (Jory John)

譯者: 陳郁婷

繪圖: 皮特奧瓦德 (Pete Oswald)

出版社: 格林文化

故事內容 :

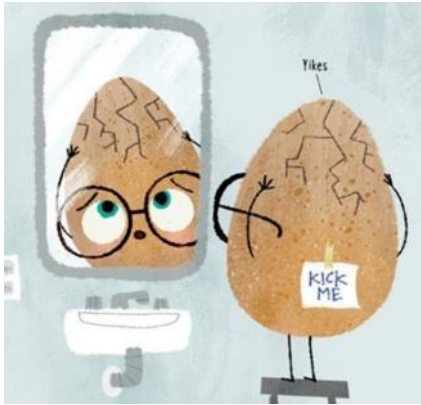


主角優良蛋，是一顆非常非常完美的蛋。不管你需要

什麼幫忙，他都做得到。如幫人擦油漆、換輪胎。

他跟另外 11 不守規矩的蛋住在一起。他試圖想要改變

他們，叫他們安靜，不要搗蛋但沒有人在乎...



直到有一天，優良蛋的蛋殼上出現了裂痕，醫生說是因為他給自己太多壓力，於是他決定要離家出走。

在獨自去旅行的過程中，優良蛋開始思考自己是誰？自己需要什麼？

優良蛋有了重要的體會，進而學著釋懷，學著對朋友好，也對自己好。這段自我療癒之旅，讓優良蛋明白朋友和自己的不一樣，也體會到或許自己並不需要表現完美。比起一味追求「完美」和「優良」的標籤，認識自己，了解自己真正的需要，善待自我，並在自我與人際間取得平衡，更能讓優良蛋不再頭痛、讓裂痕消失、找回美好的狀態。

推介的原因：

故事具幽默感，角色表情生動逗趣，更透過有趣的細節，讓孩子在歡笑中體會故事的深意。

本書教孩子正面看待別人，正面對待自己，體會沒有人是完美的，以優良蛋的體驗讓孩子明白愛自己、照顧自己情緒的重要，並在自我和人際相處間取得平衡。

這本書讓我非常有共鳴，我喜歡故事中讓我體會到「教育你的孩子做一個好孩子，但同時也讓他們做壞個孩子，不然他們會裂開（崩潰）的。這也提醒了我們，我們都是人，沒有人是完美的。」

Writer: Mrs. Amy Chung

Leung Pak Yin Kasen (Nursery Yellow) (2021-2022)