

# 兒童繪本中的悲傷療癒

涂均翰 國立臺灣大學哲學博士

## 前言

當代社會中人們的生活步調快速，伴隨著課業或工作的沈重壓力，在面對親人逝去的悲傷時，往往陷入不知所措的茫然與麻木的情緒中，甚至也因現實生活之壓力與多數旁人訴諸悲傷無用的勸慰，讓自己難以有充足的時間與支持的環境，表達悲傷與獲得療癒。

職是之故，筆者擬推介以下3本以喪失親人之悲傷與療癒為主題的兒童繪本，分別為《奶奶，妳在哪裡呢？》、《媽媽是天使》與《風中的電話亭》，盼能協助讀者了解如何表達喪慟的情緒並與哀傷共處，以及對於逝者進行具有個人重要意義的哀悼任務，以陪伴自己與他人度過悲傷療癒的歷程。

## 《奶奶，妳在哪裡呢？》(註1)

本書作者安恩永(안은영)，為韓國繪本作家，擅長運用版畫、拼貼、水彩、縫紉等各種繪畫與手作技術進行創作繪本，作者也對於生態學頗有鑽研，因此創作了有關生態知識的繪本作品，已在臺灣出版有《昆蟲假面：12種昆蟲的知識學習互動遊戲書》(알아맞혀 봐! 곤충 가면 놀이)一書(註2)。本書《奶奶，妳在哪裡呢？》



(할머니 어디 있어요?) 則是作者懷抱著思念逝世母親的情感所創作，曾榮獲2020年韓國閱讀起步走(Bookstart Korea)小學入門選書。

本書故事情節簡要清楚卻寓意深遠，從女孩對簡單的日常事物之描述緩緩流洩出對奶奶的思念之情，而本書插畫也極具巧思，作者運用其精妙的版畫技巧，細緻地刻劃出故事中人事物的線條細節與色彩變化，配合黑色轉向黃色的畫作背景，呈現出女孩的心境變化。書中描述女孩在奶奶過世後到處尋找奶奶之蹤影的思念之情，從天上的星星、夜裡醒過來的玩具、晚上睡前讀的故事書、黑色裝著針與鉛筆的盒子，以及漆黑又寧

靜夜晚的夢裡，女孩想像奶奶可能「藏」在這些地方，其共通之處便是漆黑的意象，或許象徵著女孩意識底層伏流著對於過世奶奶綿長無盡的悲傷與哀悼之情，也構成了女孩點點滴滴的日常生活之背影。之後故事描述「黑夜過去，太陽公公微笑著升起，陽光照亮奶奶的花園，盛放的花兒們，你們聽見了嗎？是奶奶的笑聲……奶奶，我找到你了！」此將故事場景從漆黑的暗夜轉向光明的白晝，突顯出奶奶在女孩心中照顧著自己與花園的光明而開朗形象，也象徵著女孩的哀傷獲得了陽光溫暖地撫慰與療癒。

書末女孩說：「原來奶奶在這裡啊。奶奶總是說：『妳跟花園都是奶奶的寶物喔。』我會好好照顧奶奶的寶物的。奶奶，我愛妳。」顯示出女孩經過一番尋尋覓覓，終於找到與過世的奶奶之間仍存有的清晰而具象之情感連結，即奶奶生前最珍愛的寶物——女孩與花園裡的花兒，女孩表達願意好好繼續照顧自己與花園，同時也在訴說其心中對奶奶永恆的愛，呼應本書封面除書名外的文字描述：「原來，奶奶像月光下飄揚的蒲公英，無處不在。為我祝福……」圖畫則以蒲公英的花絮帶著種子向夜空遠方的月亮飄揚，象徵著奶奶對女孩的祝福，實則也代表著女孩對奶奶訴說無盡的愛與思念。

### 《媽媽是天使》(注3)

本書作者黃郁欽原先學習電影專業，至今仍擔任電視編劇。1988年開始從事繪本創作工作，



擅長自由幻想的文字敘事與插畫風格，1996年領導成立「圖畫書俱樂部」之繪本創作團體，2015年參與創立臺灣第一本繪本誌《大野狼》，其作品曾獲得國語日報牧笛獎首獎、行政院環保署小綠芽獎、「好書大家讀」年度最佳兒童讀物獎、陳國政兒童文學獎優選與信誼幼兒文學獎佳作等眾多殊榮，並於2016年入選義大利波隆那插畫獎。黃郁欽繪本作品探討之議題相當多元，包含環保倡議繪本《噉哩咕嚕碰》(注4)，臺灣本土文化關懷繪本《我家在這裡》(注5)與《魔幻大戲院》(注6)，親子教育繪本《給我咬一口》(注7)與《喵喵不要》(注8)，以及旅遊生活紀事文學《繪本感小物的旅行紀事》(注9)。

本書開頭即以主角女孩的口吻自述道：「大人說，媽媽已經離開我們，去了很遠的地方，再也不會回來了。」說明女孩的母親已經過世的

事實，但女孩以稚氣而任性的語氣與生氣的表情回應道：「騙人！」，表達自己心中仍無法接受母親已經過世的事實。筆者由此聯想到美國精神病學家庫伯勒·羅斯（Kübler-Ross）在1969年提出的「悲傷五階段」（the five stages of grief），她認為個人面對自己或親友的死亡與失落的哀傷歷程，主要表現為否認（denial）、憤怒（anger）、討價還價（bargaining）、沮喪（depression）與接受（acceptance）等5個階段，而此5階段並非線性進行，而可能是跳躍或反覆而擺盪地發展，而本書女孩面對失去母親的哀傷與失落，首先展現的便是否認與憤怒的抗拒反應。

女孩接著重複以「媽媽才沒有離開，她就在這裡啊」為起始句，一一列舉出她認為母親仍在自己生活中的「證據」，包含爸爸開始會幫自己做好吃又漂亮的便當，阿公阿嬤也知道自已喜歡穿蓬蓬裙，哥哥不再想以前那麼兇而會借玩具給自己，連隔壁的阿伯都說自己變乖變勇敢了，不但連打針都不會喊痛，還會自己起床、穿衣和穿鞋。女孩認為這是因為母親帶給自己與家人的重大改變，也是母親沒有離開自己，仍在生活中守護自己的證據。作者在此巧妙地運用女孩自述的口吻，娓娓道出在母親過世後，女孩的自我成長及其家人在照顧女孩之生活方式與態度的正向轉變，也藉此反映出母親的離世，促進了家人之間彼此更加疼惜的情感連結，就好像母親仍在家人身邊，默默地支持與守護著彼此。

書末女孩說道：「大家都說我長大了。可是

就算我長得比山還要高，還要大，我還是媽媽永遠的小寶貝。」插圖則先描繪女孩長成高大的模樣，而後則描繪女孩站在窗邊朝向天空思念遠方的母親，說明即使隨著年紀的增長，女孩於未來長大成人，女孩永遠都會將母親安放於心中重要的位置，作為支持女孩的溫柔力量，也象徵彼此永恆的情感連結。總而觀之，本書以女孩第一人稱的口吻，敘說著對離世母親的思念以及家人間彼此支持的情感連結，搭配插圖由深藍色轉化為淺藍色的基底色調，呈現出女孩面對母親過世之失落，由否認、生氣與哀傷之情緒，逐漸轉變為平靜接受的心路歷程，也透顯出人與人之間彼此溫暖的愛所蘊含正向轉變與支持的力量。

## 《風中的電話亭》（注10）

本書作者海瑟·史密斯（Heather Smith）為曾獲得文學獎肯定的加拿大作家，目前與家人同住於加拿大安大略省的滑鐵盧。海瑟創作本書的靈感來自於一次收聽的廣播節目，講述日本一位庭園造景師佐佐木格，2010年為了撫慰自己面對堂兄去世後的失落與哀傷，便在自家庭園中建造了一座電話亭，亭中放置一個沒有接上線的電話，讓自己得以藉由電話訴說對逝者的哀思之情。2011年日本三一一大地震所引發海嘯之災難事件發生後，海嘯襲擊了日本東北沿海的城市，其中也包含佐佐木先生所居住的大津市，因此許多喪失摯愛之親友的人們也紛紛來到佐佐木先生所建造的電話亭，渴望與失蹤的親友聯繫，

也期盼能藉此訴說對自己親友的思念。海瑟聽聞此故事後相當動容，便著手創作了本書之故事。

本書繪者瑞秋·和田（Rachel Wada）現居加拿大溫哥華，為兼具中國與日本血統而帶有鮮明個人風格的自由插畫家。瑞秋運用版畫、水墨畫與書法等日本傳統繪畫技法，並參考日本童書與三一一地震與海嘯災難照片，為本書創作結合日本繪畫風格與個人色彩的插畫作品。海瑟取材自真實事件的動人故事，搭配瑞秋出色的插畫創作，讓本書榮獲 2019 年弗里曼兒童文學類圖書獎、2020 年加拿大瑪莉蓮·貝利繪本獎、2020 年加拿大伊莉莎白·姆拉齊克·克里弗繪本獎以及 2020 年美國童書協會國際傑出童書獎等殊榮之肯定。

本書以主角牧雄時常與廣田先生在庭園中俯瞰海邊的人們進行找尋遊戲為開頭，找尋自己父親以及廣田先生女兒芙美香。書中描述牧雄的父



親相當熱愛海洋，時常對牧雄說海浪的聲音似乎在對自己道早安。然而，地震和海嘯來的那一天，牧雄和廣田先生兩人也正在玩這個遊戲，但這次海嘯帶走了牧雄的父親與廣田先生的女兒，讓他們再也找尋不到他們了，如同其他失去至親的村民一樣，兩人都陷入了痛苦的哀傷，而「死寂籠罩了村落，像一片陰暗沉重的烏雲。」有一天，廣田先生開始在庭園裡建造一座白色的電話亭，並鑲上透明的玻璃，裡面則放置一個沒有接線的電話，廣田先生走進電話亭開始訴說對女兒的思念，之後其他村民也都紛紛到電話亭中，「打電話」給失蹤的親友，訴說自己的近況以及對於親友的思念，以撫慰自己的哀傷。「嗨，堂哥，我今天把船修好了。我很快就會再出海捕魚。」「嗨，媽，我替你種了一株你最愛的楓樹。」一句句看似日常的對話，卻蘊含村民對於海嘯捲走的親友的不捨與悼念，讓人為之動容。主角牧雄則對著大海大叫「把我們的家人還回來！」，表達出對於無情海嘯帶走家人的憤怒，但海浪卻似日常一般平靜地回應著他像是在道早安，讓人深深感受到人們面對大自然無情的強大力量時的渺小與無奈。牧雄無奈地嘆氣後，也來到廣田先生的電話亭中，娓娓道出對父親的思念：「爸爸？是我。你聽得到嗎？我對著大海大叫，它卻只對我說早安……媽媽粉刷了你們的房間，是你喜歡的深藍色。爸爸，我好想你。」而牧雄在表達出對父親之哀悼的憤怒與悲傷情緒後，似乎也讓自己得到了療癒。書末描述牧雄懷抱著對父親的思念，一邊聽著大海道早安，一邊俯瞰著海邊的人

們，玩著另一個的遊戲，即找到廣田先生並對他揮揮手，大聲說道：「我看見你了！」筆者以為此結局寓意深遠，不僅表現出牧雄對父親永恆的懷念，也顯示其過去對於海嘯帶走父親的憤怒與悲傷之情緒，已然轉化為對於經歷災難後仍共同倖存於世的廣田先生的珍惜與感激之情。

## 結語

西方悲傷輔導專家威廉·沃登博士(J. William Worden)提出4項主要哀悼任務，協助人們度過面對親友過世之失落的哀傷歷程。此4項任務依序分別為「接受失落的事實」、「處理悲傷的痛苦」、「適應逝者不存在的世界」以及「在參與新生活中，找到和逝者永恆的連結」(注11)。上述3本兒童繪本藉由不同主角的喪親故事，展現出主角面對親友的逝去如何進行上述4項哀悼任務，以幫助自己度過哀傷歷程。3本繪本都不約而同地對於其中第4項哀悼任務「在參與新生活中，找到和逝者永恆的連結」著墨甚多，《奶奶，妳在哪裡呢？》中的女孩以照顧奶奶生前最珍愛的花園植物作為與奶奶永恆的情感連結；《媽媽是天使》中的女孩則認為自己即使長大成人，仍將母親視為呵護與支持自己的重要力量；《風中的電話亭》中的牧雄則將思念父親的心情寄放於大海，並更加珍惜自己與廣田先生的真摯友誼。3位主角都從喪失摯愛之親人的失落與悲傷中，重新適應親人已不存在的世界，並將自己與親人在世時的相處與互動關係，

轉化為與逝者不同形式的情感連結，具體而動人地呈現此4項哀悼任務對於吾人面對喪親之悲傷與療癒的重要性。

### 注釋

1. 安恩永(안은영)著；陳思璋譯。《奶奶，妳在哪裡呢？》(할머니 어디 있어요?) (臺北市：大穎文化，2021年)。
2. 安恩永(안은영)著；林玗潔譯。《昆蟲假面：12種昆蟲的知識學習互動遊戲書》(알아맞혀 봐! 곤충 가면 놀이) (臺北市：小魯文化，2021年)。
3. 黃郁欽著。《媽媽是天使》(臺北市：小麥田，2021年)。
4. 黃郁欽著。《噯哩咕嚕碰》(臺北市：小光點，2018年)。
5. 黃郁欽著。《我家在這裡》(臺北市：玉山社，2017年)。
6. 黃郁欽著。《魔幻大戲院》(臺北市：玉山社，2019年)。
7. 黃郁欽、陶樂蒂著。《給我咬一口》(臺北市：親子天下，2014年)。
8. 黃郁欽著。《喵喵不要》(臺北市：玉山社，2021年)。
9. 黃郁欽著。《繪本感小物的旅行紀事》(臺北市：玉山社，2016年)。
10. 希瑟·史密斯(Heather Smith)著；瑞秋·和田(Rachel Wada)繪；游珮芸譯。《風中的電話亭》(*The Phone Booth in Mr. Hirota's Garden*) (新北市：字畝文化，2021年)。
11. J. William Worden著；李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫譯。《悲傷輔導與悲傷治療：心理衛生實務工作者手冊(第4版)》(*Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner /4e*) (臺北市：心理出版社，2014年)，頁40-53。



### 救難英雄黑皮 ——地震搜救犬的故事

鄭博真文；葉曼玲圖

五南 / 11201/40 面 / 26 公分 / 350 元 / 精裝  
ISBN 9786263434974/863

臺灣第一本地震搜救犬故事原創繪本。流浪狗黑皮怎麼接受訓練？牠獲得國際搜救犬組織認證後，加入地震搜救的行列，怎麼協助搜救人員搶救災民？又會面臨到哪些困難呢？（五南）

兒童／青少年讀物



### 呱呱搶救大西瓜

林秋萍文；周子涵圖

五南 / 11201/56 面 / 23 公分 / 380 元 / 平裝  
ISBN 9786263435483/863

臺語專家黃秀粉老師特別錄製本書「臺語講故事」。「看天吃飯」是農人的宿命，農田耕作充滿不可預期的變數。超級英雄小聯盟和龜山島將軍聯手拯救西瓜，對抗洪水暴雨狂魔？如何幫助老瓜農夫婦度過難關呢？不同地區、族群的人們，從人與環境、人神之間的互動，試著對自然環境的崇拜與自然災害的敬畏，轉化人與天地關係平衡的生活實踐，適合大小朋友一起研讀喔！（五南）

兒童／青少年讀物



### 教室裡有鬼 ——天天開心的開心鬼

李光福 著

東方 / 11202/80 面 / 21 公分 / 230 元 / 平裝  
ISBN 9789863385431/863

吳世賢是個樂觀開朗的人，不管走到哪裡都可以聽到他爽朗的笑聲，在課堂上也可以跟老師同學們利用教學內容自娛。但是他其實有個酗酒會家暴的父親，不論是喝完酒或是心情不好，經常打吳世賢出氣。只有他的媽媽會袒護他。直到有一天，吳世賢的媽媽出現在學校帶著吳世賢離開，我們就再也沒有聽到吳世賢爽朗的笑聲了。（東方）

兒童／青少年讀物



### 小獅子的一天

安娜·布雷特文；卡門·塞爾達娜圖；黃聿君譯

弘雅三民 / 11202/56 面 / 21 公分 / 350 元 / 精裝  
ISBN 9786263078291/873

獅子是大家耳熟能詳的動物，威猛的外型和特殊的群居型態，讓牠常常成為故事的主角。本書使用和小讀者一樣的視角，和小獅子一起與獅子家庭共度一天，認識獅子的生活。溫馨又有趣。書末附有趣味知識學習單元，讓讀者更了解獅子的二三事，不只是看故事，還能利用故事中的知識點與孩子互動，同步訓練思考，從發現問題到提出想法，培養邏輯力。同系列還有《小鴨嘴獸的一天》。（弘雅三民）

兒童／青少年讀物