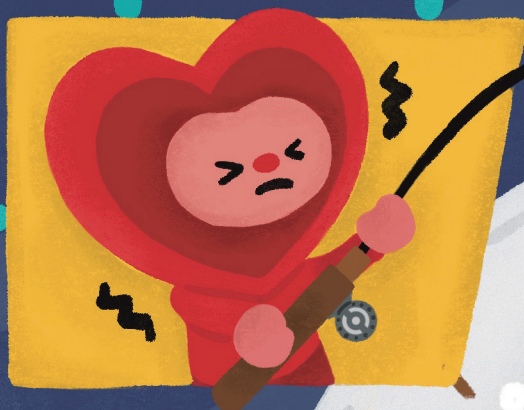


小永報

— Hugs For SDGs —

- 第037期 -



怎麼辦？

他是不是討厭

好難過……

但我
我不敢去找他

？了我

今天我在操場衝去抱住住小夏，可是他却拉開我的手，轉頭走掉。我們不是好朋友嗎？為什麼他不想要我靠近？



發現樂樂寫的瓶中信後，想幫忙他解決煩惱的泡福和心仔，

決定前往拜訪人際關係的專家——

如此如此

這般這般

是這樣啊

你們等等，
我找個東西！

人際關係專家
睿思勃勃博士

找到了！

嘟

對方在做什麼？
他看起來心情
怎麼樣？

嘟、嘟、好？
這是什麼啊？

嘟

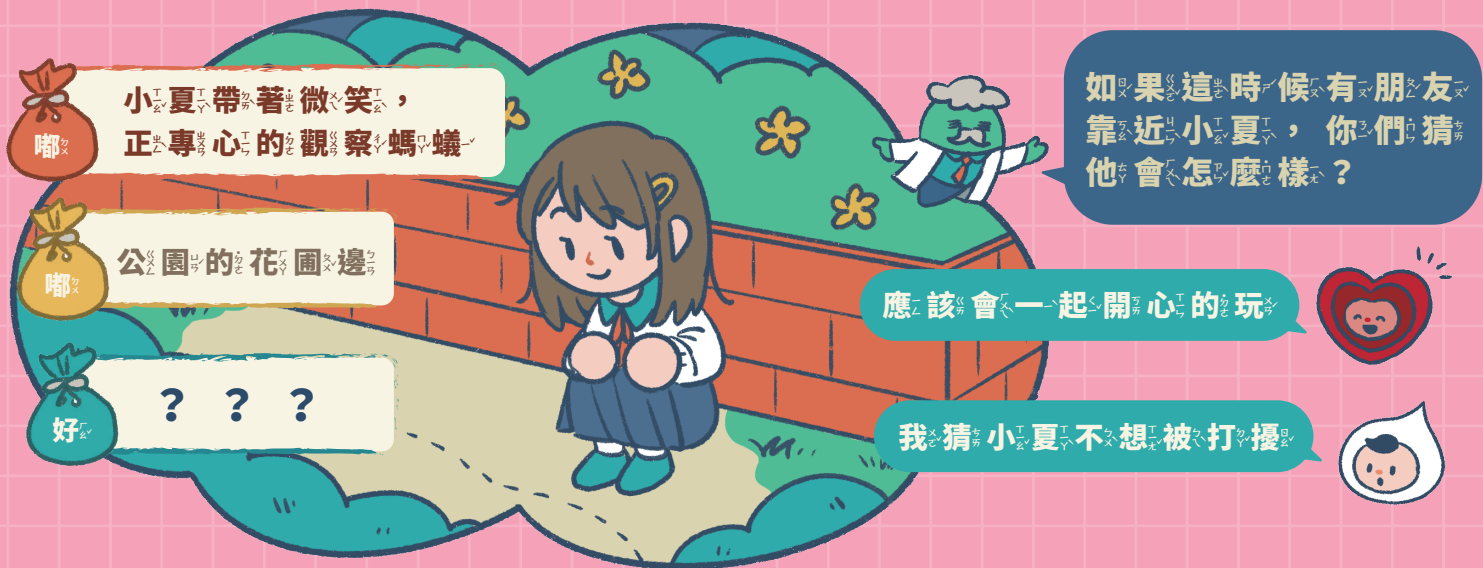
他在什麼地方？
是私人空間還是
公共空間？

好

對方看到你以及
你靠近他時，他
有什麼反應？

嘟嘟好錦囊能幫助我們觀察別人，
找到當下最剛好的相處距離。

打開錦囊一起想想看吧！



小夏帶著微笑，
正專心的觀察螞蟻。

公園的花園邊

???

如果這時候有朋友
靠近小夏，你們猜
他會怎麼樣？

應該會一起開心的玩。

我猜小夏不想被打擾。

那如果是
這時候呢？

小夏看起來不太想說話。

或許他想要朋友來陪陪他。

小夏趴在桌子上，
感覺沒什麼精神。

下課的教室裡

???

我想到了！

小夏不理樂樂，
不一定是討厭他，

可能只是想一個人靜靜，
可是要怎麼才能知道
小夏真正的想法啊？

泡福說得沒錯！

當不確定該怎麼和對方相處

或不清楚對方的感受時，
可以試著直接詢問。

看來只能
直接問他了！

那我們快去
跟樂樂說
這個方法吧！



上次可以碰觸，為什麼這次不行？

相處時想靠得多近，會受到很多事影響，最重要是，尊重彼此當下的感受。

關係親近就應該有親密的肢體接觸嗎？

不一定。肢體接觸只是表達親近的一種方式，心與心之間的距離，並不等於身體與身體之間的距離喔！

你和別人之間的相處距離，通常會由這些事來決定，想想看還有其他的嗎？

你和對方是什麼關係？

你們熟悉彼此嗎？

過去和對方相處時，你的感受是？

Keyword

線在是關鍵

與不同的人相處時，你會想保持不同的距離，這個距離就是你的關係界線。關係界線不只是身體之間的距離，也包含內心的距離，像是你會和信任的朋友靠得比較近，也願意讓他知道你的心情或秘密。

有時候，雙方覺得自在的距離可能不一樣，例如，難過時你希望爸爸抱抱你；但爸爸覺得擁抱有點不好意思，所以選擇拍拍肩膀安慰你。這並沒有誰對誰錯，只是因為每個人的關係界線不同。

互相尊重界線，和對方一起找到彼此都感到舒服的相處方式，正是讓關係更和諧、長久的祕訣喔！



人際關係中的許多煩惱，例如這些土撥鼠小朋友在生活中遇到的事，其實都和關係界線有關。

跟著他們到電子書，一起找出那些關於關係界線重要的事吧！



媽媽很喜歡跟鄰居阿姨講我的事，像是我考了第幾名、昨天晚上拉肚子什麼的。我覺得很尷尬，但媽媽卻說：「唉，這又沒什麼，讓阿姨知道有什麼關係。」



今天我跟妹妹吵架了，因為我沒有先跟他說就跑進他房間，他超生氣的。可是我覺得好奇，這有什麼好生氣的啊？明明我也都讓他隨便進我的房間啊。



平常放假我都會跟鄰居朋友去公園玩，但今天我比較想待在家。如果我說不去，他會不會很失望？會不會以後都不找我玩了？



這時候可以試著這樣說：

我喜歡和你一起玩，但今天我想在家休息，我們改天再去吧！



心建造的關係城堡

我們的心裡都有一座「關係城堡」，由我們的想法、感覺和秘密建造而成，只有你認可的人才能進入城堡。而且，整座城堡大約分成4區，分別開放給不同關係的人們。



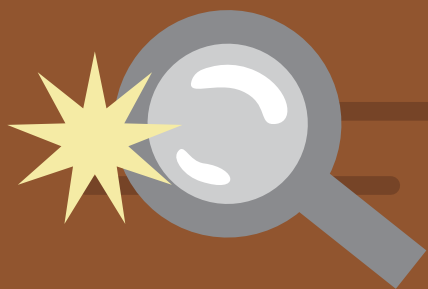
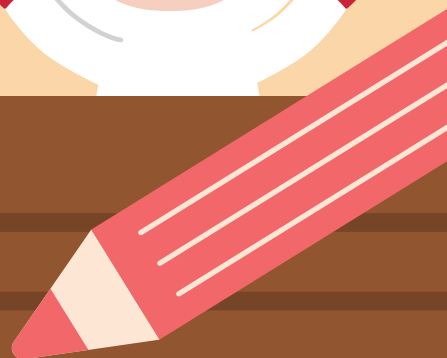


奧茲城謎案大追查! 🔍

最近進入奧茲城的旅行者一行五人，似乎帶著能影響所有居民的重要知識，為了判斷是否會對奧茲城造成危害，請你成為小探員支援調查，務必仔細觀看案件資料的檔案。

請看機器人阿錫的影音日記，以及右邊的旅行者線索卡中，泡福探員留下訊息，了解神秘知識的真面目，並按下按鈕破解案件吧！

各位小探員！我發現旅行者身上都有一些重要回憶，可能會對案件有幫助，我留下了影音訊息，記得看看喔！



如果在提問中取得所有的綠色勾勾就代表案件謎團成功破解了！

我準備好
破解案件了



Check! Check! 同心圓

除了家人，你的生活還會與許多人連成關係，你們可能是鄰居、朋友或同學，面對某些人，你也可能不知道是該親近還是保持距離，特別是到了新環境，或相處方式改變了的時候。這時，**關係同心圓**能幫助你，深入了解你與他人的關係遠近，慢慢思考怎麼好好相處！



▲ 剪下人物卡，選1張給自己，放在最中間的圓圈。

#關係界線

#人際互動

你我的剛剛好距離

SDG

3

10



閱讀本期電子書



訂閱完整電子版

發行單位／財團法人中華民國兒童福利聯盟基金會
◎ 小永報邀請您訂閱電子版，一起響應環保！