

說實話，也會求助

和家人一起，一次學一點。



先看一看

碰倒花盆後，擔心挨批評的小禾可以怎麼說？



故事 1 / 3



小禾拿書時碰倒了架子上的小花盆，泥土撒了一地。樂樂壓低聲音：“先別說，藏起來吧。”小禾的心咚咚跳。她不想被批評，可她不知道花盆有沒有摔壞，也不敢亂碰。她決定去找旁邊的媽媽。

停一停，問一問：小禾害怕的時候，先做了什麼？

故事 2 / 3



“我碰到花盆了。我有點害怕，不知道怎麼收拾。” 媽媽先檢查花盆，確認沒有碎片，說：“謝謝你告訴我。我們先處理安全，再看看怎麼整理。” 她沒有要求小禾站著認錯很久，而是拿來小掃把，請兩個孩子掃散落的土。

停一停，問一問：媽媽先顧安全，還是先責怪？

故事 3 / 3



收拾後，媽媽說：“有些驚喜，像還沒送出的生日卡，可以等一等再說。但讓你害怕、不舒服，或有人可能受傷的事，都可以找可信任的大人幫忙。”小禾點頭：“說過不告訴別人，也可以求助。”

停一停，問一問：什麼樣的事不需要獨自保密？

佛法小發現

誠實，也包括敢於求助。
隱私不必向所有人公開。



說說你的想法

媽媽怎樣回應，讓小禾比較敢把事情講清楚？

如果第一個大人沒有聽懂，故事人物還可以去找誰？



動手試一試

給故事人物畫一張求助地圖。



家長與來源

一起聽故事、討論，再做一個小活動。

故事與活動：BlessFu編寫

配圖：AI輔助插畫

完整出處和家長提示見配套講稿。

