



暑假作業要觀察昆蟲 讓我很害怕！

文／張老師基金會

圖／湯翔麟

貝貝，你好！
我從留言中感受到你的害怕與擔心，因為怕昆蟲而擔心無法完成作業。而且你也不能理解，為什麼老師要出這種作業？
我想學校老師會出觀察昆蟲的作業，應該是基於課程需要，老師可能無法顧及每個同學是不是討厭昆蟲的心情，希望貝貝可以體諒老師。

不過，我也很想知道，貝貝在看到暑假作業時，有沒有先向老師反應你害怕昆蟲這件事呢？如果沒有，你應該找時間跟老師說明，我想他會想出發代辦法，例如：改觀。

因為害怕而無法觀察昆蟲的同學，可以選擇觀察植物或動物。但是，我還是希望貝貝能藉著這次機會，克服對昆蟲的恐懼。首先，請貝貝想一想，你是害怕所有的昆蟲，還是只有特定幾種昆蟲？害怕昆蟲的哪些部分，是模樣還是行為？貝貝可以跟爸媽或朋友分享你對昆蟲的感覺，同時也問問他們對昆蟲的想法，或許你就會對昆蟲有不一樣的認識，而稍微改觀。

接著，貝貝可以試著在爸媽及朋友的陪伴下，選擇自己可以接受的昆蟲種類，透過書或電腦螢幕看牠們的照片，感受一下，是不是比較沒那麼害怕了。再請他們陪你到戶外走走，試著看看真正的昆蟲，用循序漸進的方式克服恐懼。

提醒貝貝，不要勉強自己很快做到「接受昆蟲」，不論在哪一個階段，只要覺得不舒服，就先暫停一下。最後要跟貝貝說，我們通常會對未知的事物感到恐懼、厭惡，或有刻板印象，如何克服恐懼，就要靠自己的智慧。了解令你恐懼的東西，例如不是所有的昆蟲都長得很可怕、有大量病菌、會攻擊人，只要了解，或許就能有所改觀，在此，祝福貝貝有個充實的暑假！



心情啦啦隊

(嘉義縣新港國小六年級)

林俊昌

你的老師可能是為了準備下學期的課程需要，才會出這種作業。他應該是希望下次開學的時候，你能對自己和別人收集到的昆蟲資料有所了解。

劉羿如

昆蟲沒有你想像中的那麼可怕啦！其實昆蟲很可愛，牠們也會怕我們的。我猜，因為你怕昆蟲，所以老師才會讓你接近牠，你不去接近牠，就不會看見昆蟲可愛的一面。

林佳慧

昆蟲不可怕，你可以嘗試去觀察、親近昆蟲，就會發現牠們也有可愛的地方。不要被恐懼打敗，努力戰勝恐懼吧！

江馥微

其實不是每個人都怕昆蟲，有些人還喜歡觀察昆蟲呢！我覺得老師會出這樣的功課，是要讓同學克服對昆蟲的恐懼。

陳庭儀

可能因為有些人怕昆蟲，老師為了要讓這些人克服心理障礙，才出觀察昆蟲的作業，希望你也很快愛上昆蟲。