

「健康人生，抗毒齊心」禁毒教育計劃小五六學習教材

主題(一)：人心測試 教師手冊

教學時間： 一教節

教學資源： 簡報、工作紙

教學目的：

1. 透過心理測試，讓學生評估自己是否容易受人影響。
2. 了解青少年會誤入毒品陷阱的原因。

引發動機：

你認為自己的性格容易受人影響嗎？透過以下測試，能協助你更了解自己的抗逆能力。

主題活動-心理測試：

1. 派發工作紙，讓學生根據現況完成十條問題，提示應選出最有可能的選擇。
2. 開啓簡報，指導學生計分，在工作紙上寫上總分數及自己屬於哪類型。
3. 學生反思：指導學生根據分析再反思結果，把內容填寫在問卷上。
4. 全班分享
5. 教師總結：

大家可能很奇怪為何一些健康積極心態會成為毒品上癮的陷阱，這正正是很多青年人認為自己不會染上被毒品或其他不良嗜好，受不住引誘的迷思。很多青年人在成長過程中有時會個人、學業、家庭或朋輩關係處境裡有挫敗感和不滿，若沒有正視或面對，將需要壓抑，連自己表面上也不以為意，這時若不堅持走健康積極的道路，便很容易跌入一些不健康和消極的陷阱中，甚至依賴毒品逃避。許多人在踏入陷阱初期，還是認為自己是不會上癮的，當意識到上癮之害處時，卻已經泥足深陷，被控制似的重覆沉迷，墮入更深的惡性循環中。因此我們預早知道毒品的陷阱是十分重要，我們要堅信每一個人(自己)也有健康積極氣質或心態，關鍵在明智的選擇和決定。

以上內容參考自《不可一不可再 健康校園新一代 學校禁毒資源套 (第二冊附件材七、八)

及保安局的禁毒小冊子《人心小測》

「健康人生，抗毒齊心」禁毒教育計劃小五六學習教材

主題(一)：人心測試 工作紙分析

計分方法	題目 A	題目 B	題目 C
1	0	2	3
2	3	2	0
3	3	0	2
4	2	3	0
5	0	2	3
6	2	0	3
7	0	2	3
8	2	0	3
9	2	0	3
10	0	2	3

結果分析

0至10分：A型的人

你係一個有自信嘅人。做事有自己嘅方式，唔輕易受人影響，亦係一個經得起誘惑考驗嘅人。你定力十足，相信如果有人慫恿你吸食毒品，你亦能夠向毒品說不。但由於你係一個獨行獨斷嘅人，所以若果你真係接觸咗毒品或染上其他不良嗜好嘅時候，你就可能唔聽旁人嘅勸告，繼續沉淪落去。有時都要聽吓一啲真正關心你嘅人嘅意見，例如你嘅家人、老師或社工！

11至19分：B型的人

你係一個感性、着重友情，亦係一個冇乜主見嘅人；所以要慫恿你嘅話，首先要同你打好關係、拉攏你嘅心，因為你係個睇情面做事嘅人。如果對方係你信賴嘅人，你就好容易受佢嘅影響。加上你好奇心強，只要對方多下啲功夫，耳仔軟嘅你就會被對方慫恿，而改變自己原來嘅想法。你應該好好認識毒品嘅禍害，以免你受身邊嘅人影響，因一時嘅好奇心而接觸毒品。

20至30分：C型的人

你係個怕悶、喜歡追求刺激，愛出風頭嘅人，亦好介意其他人對你嘅睇法。性格較為任性亦容易受情緒支配。你會衝動地做出錯誤嘅決定，甚至亦容易受人煽動，而去慫恿其他人。奉勸你係做任何決定之前，都係要三思而後行。尤其面對毒品嘅時候，請緊記「不可一·不可再」，向毒品說不！

「健康人生，抗毒齊心」禁毒教育計劃小五六學習教材

主題(一)：人心測試工作紙

姓名：_____ ()

班別：_____

你容易受人影響嗎?

請根據你的實際情況，從每題三項之中選擇適合答案並圈出，將各題得分相加，並統計總分以歸類出你的性格類型。

1. 去戲院嘅時候，你通常會：
 - A. 一早已揀好睇邊齣戲
 - B. 打電話問吓朋友嘅意見，叫佢哋介紹吓邊齣戲好睇
 - C. 總係由其他人嚟決定睇咩戲
2. 如果有機會到外國旅行，你會比較喜歡到：
 - A. 非洲熱帶雨林探險
 - B. 日本瘋狂購物
 - C. 法國參觀美術館
3. 要過馬路嗰陣，見到綠燈閃吓閃吓，你會：
 - A. 如果有警察，就不顧交通安全衝過去
 - B. 等下一個綠燈先過對面馬路
 - C. 睇吓有冇人亂過馬路，有嘅話就跟住佢衝過對面
4. 你上星期應承咗屋企人今晚會返屋企食飯，但係你班朋友啱啱打電話嚟想約你今晚唱K，你會：
 - A. 問吓屋企人可唔可以改時間或改日子
 - B. 同朋友去唱K，因為好難先約得齊人
 - C. 拒絕班朋友嘅邀請同屋企人食飯
5. 你今日著咗一件你好鍾意嘅衫，大家都讚你有品味，你會：
 - A. 不喜歡大家嘅抬舉
 - B. 覺得只係大家俾面讚賞啫
 - C. 沾沾自喜，沉醉係大家嘅讚賞當中
6. 當想去街嘅時候，你比較鍾意：
 - A. 約埋兩三個朋友出去，希望大家係買嘢嗰陣可以幫吓眼
 - B. 一個人自己出去：想去邊，想買咩，自己話事
 - C. 鍾意約一大班人出嚟，行去邊都冇所謂

7. 你經常覺得每日嘅生活係：
- A. 充滿希望
 - B. 十分沉悶
 - C. 非常沮喪
8. 你會唔鍾意你嘅朋友，如果佢：
- A. 自己有煩惱，又唔同大家分享
 - B. 成日盲目聽其他人嘅意見，冇啲性格
 - C. 竟然唔聽你嘅意見
9. 你喺街度見到有班人排緊隊，你會：
- A. 行去問吓佢地做乜排隊
 - B. 唔理佢哋，繼續自己行
 - C. 即刻排埋一份
10. 如果有人批評你嘅性格，你會：
- A. 唔會在意人哋嘅睇法，因為只係佢哋唔了解自己啫
 - B. 有啲在意，會反省吓自己係咪真係有問題
 - C. 非常在意，會不停咁諗返佢哋嘅評語，仲覺得好困擾

結果：

我的得分是____分，我屬於 A/ B /C (圈出答案) 類型。

反思：

你認為上述的分析準確嗎？為什麼？

你認為這種容易受人影響的性格與吸毒有什麼關係呢？

當有朋友人慫恿你吸毒時，說說你有信心抗拒那份吸毒的衝動嗎？