



小組主題	目的
自我認識	互相認識
朋輩相處	學習如何擇友及朋輩影響
情緒管理	學習如何處理不同情緒
溝通技巧	強化溝通能力和學習技巧
自我肯定	自我欣賞、互相支持
毒品認知和總結	認識毒品的危害和總結

學習目標

- 能示範與人合作的特質
- 能說出別人的優點



短片時間 (0-1:14)

「まる子、とりえが欲しい」の巻
脚本 田嶋久子



釣出真價值

➤ 同學分成兩組

釣出真價值

➤ 在卡紙上寫出自己 and 身邊同學的優點和長處 (7分鐘 的時間)

*寫得愈多，勝利機會愈大

釣出真價值

➤ 在欣賞池內釣出與欣賞卡相應意思的卡紙 +10

➤ 每一個寫出的欣賞卡 +2

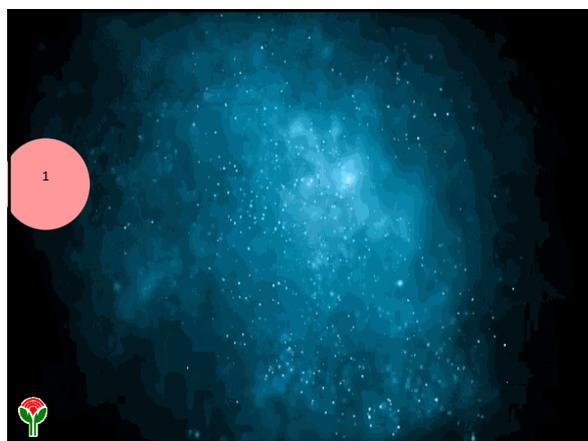
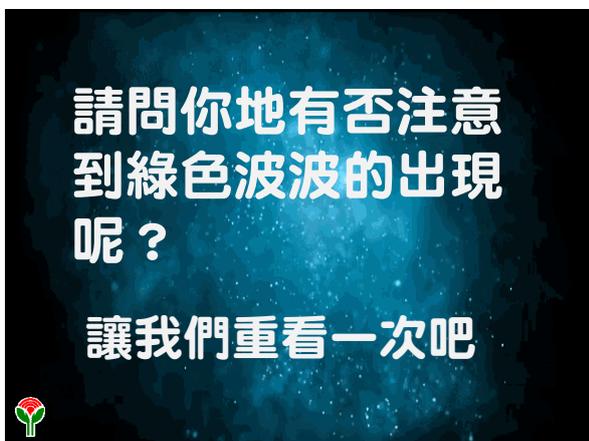
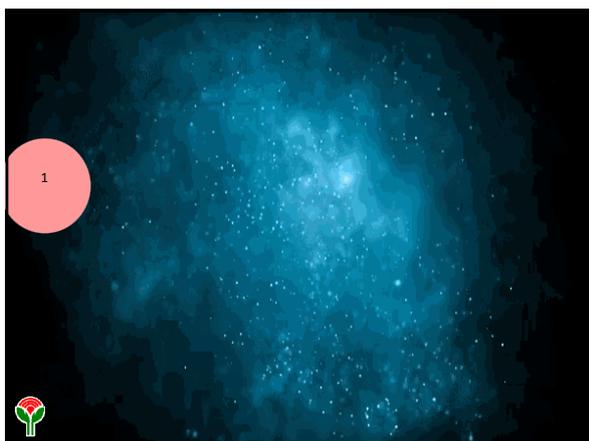
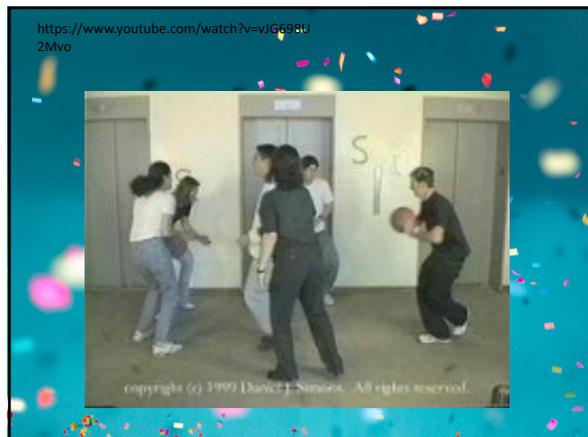
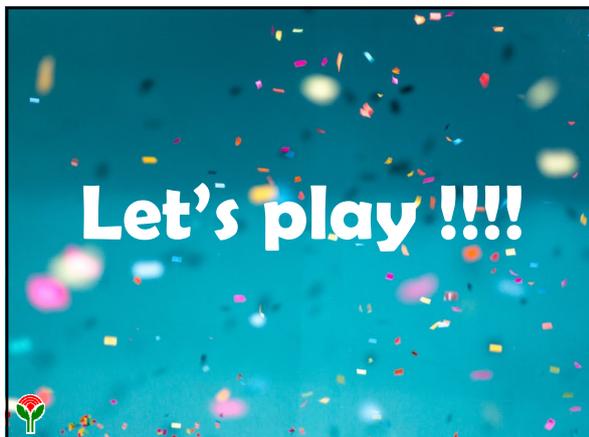
釣出真價值

獲取最多分數的一組

WIN

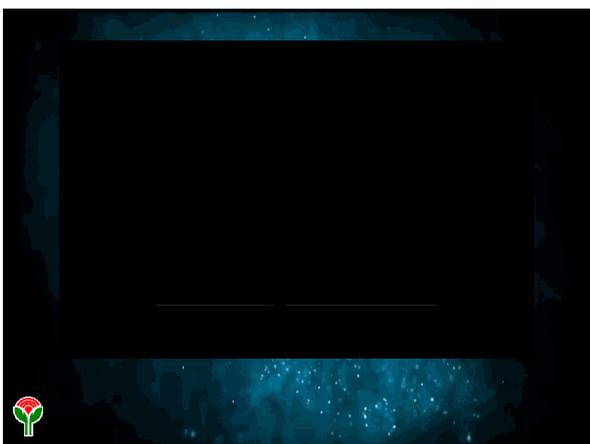
- Free match
- +3
- Write one more card
- ↕↕

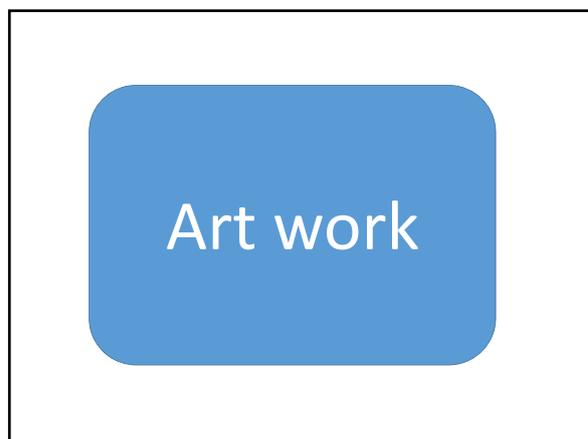
有自信	領導才能	有責任心	守規矩	主動幫助別人	尊重別人
積極	唱歌	不吸煙	有正義感	守信用	有理想
開心	有耐性	與人分享	勤力	願意聆聽	跳舞
有創意	樂觀	謙虛	充滿活力	心地善良	細心
困難時，一同分擔	欣賞別人	誠實	投入活動	畫畫	平易近人



選擇性專注力

專注自己的缺點
而注意不到自己的
優點?



請閉上你的眼睛



感受被自己欣賞的感覺



欣賞別人



我不是很瘦，身形可能不好看，但我唱歌很好聽，而且有一顆樂於助人的心



東方日報

2017/01/31

癡信服冰毒可減肥

女士為減肥不惜鋌而走險服冰毒，最終沉淪毒海，甚至不適入院。



由一百一十磅瘦至不足九十磅

覺得自己好肥，連自己都唔欣賞自己

資料來源：東方日報 2017/01/31



甲基安非他命

- 俗稱：冰
- 類別：興奮劑
- 醫療用途：沒有



禍害



永久性失眠



情緒不穩
(如：易怒、焦慮)



心跳不規律





遊戲時間

專注力測試



留意寶石的位置。



請找出藏有寶石的魔術帽。





你找到嗎？





禍害



反應遲鈍

精神恍惚

幻覺、幻聽





藍莓：
我太弱小了

I HATE MY SKIN COLOUR I AM SO WEAK

I WANT TO BE TALLER

I HAVE NO CURVES

士多啤梨：
我想長得高一點

欣賞自己，
建立正確的自我形象

they had such sweet bodies

楊桃：
我很奇怪

明白自己有多好及多值得別人欣賞



本節總結

- 能示範與人合作的特質
- 能從不同的角度去看自己和他人
- 認識欣賞自己的重要性
- 認識冰毒的禍害



下一節預告

日期：-2021
主題：抗毒百寶(-)



提問時間

THANKS FOR LISTENING
ANY QUESTION

A background image featuring three yellow Minions from the movie 'Despicable Me' smiling. The text 'THANKS FOR LISTENING' and 'ANY QUESTION' is overlaid on the image. A small 'emegen.com' watermark is visible in the bottom left corner of the image area.

THANK
YOU

A dark blue background with a glowing red neon sign that says 'THANK YOU'. The sign is composed of individual letters with visible electrical connections and wires. The background has a subtle gradient and some light effects.