

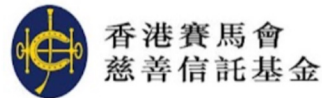


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



# 「Show Me Your Love」

學生成長小組

第二節

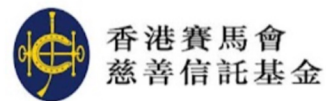


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



# 活動：情緒PANTONE





明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



香港賽馬會  
慈善信託基金

生活中有很多事情要忙，  
但都要有時覺察自己的情緒。

# 活動：酒精墨水畫



提醒自己，  
接納一定程度的不可控制

# 活動：酒精墨水畫



- 沒有對錯、沒有答案
- 沒有「靚」或「唔靚」
- 專注此時此刻，觀察墨水變化流動



明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



香港賽馬會  
慈善信託基金

學習接納一定程度的不可控制 / 不完美。

日常生活中，  
可以透過不同的藝術去表達自己，  
當我們投入創作，亦可找回內心的平靜，  
讓情緒穩定。

平靜過後，  
又嘗試欣賞一下畫作的美態。



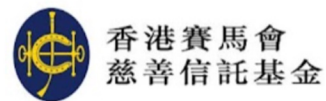


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



不同的色彩就如同我們的獨特性。



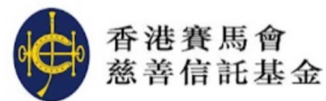


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



# 用多一個角度去認識自己！

品格優勢



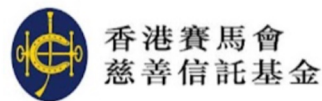
# 明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務

Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



## 品格優勢



毅力



熱忱



誠實



愛和被愛



社交智慧



仁慈



對美欣賞



幽默感



感恩



心靈信仰



希望



好奇心



判斷力



洞察力



自我控制



謹慎



創造力



愛學習



寬恕



謙虛



公平公正



領導才能



團隊精神

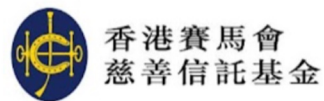


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



每人都擁有  
24項品格優勢

有些較突出

有些較少用

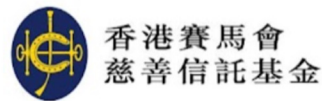


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



每畫一幅畫，  
所需的顏色各有不同

就像我們在  
不同情境下發揮  
不同的品格優勢

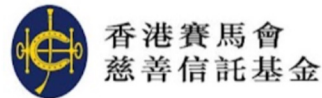


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



而每個人都有自己的色彩

你的色彩又是如何？



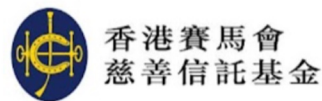


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



試講出一個你最常用的品格優勢，  
可在畫作上貼上品格優勢的金屬貼紙！



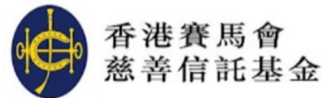


明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



看到自己的色彩外，  
又嘗試欣賞其他人的獨特之處！





明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務  
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

主辦機構



捐助機構



香港賽馬會  
慈善信託基金

回 歸 基 本 ● 重 拾 純 粹

