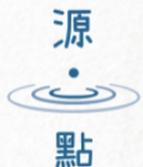


「創傷知情正向教育」 培訓小組

第四節



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



香港賽馬會慈善信託基金

小組目標

1. 提升參加者對情緒的認識，並以同理目光覺察和理解青年人的情緒狀態，
2. 協助參加者認識品格優勢概念，培養正向思維，欣賞自己及他人。



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

小組協議

- 出席所有小組節數
- 積極參與小組活動
- 尊重不同意見
- 互相鼓勵
- 守密



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

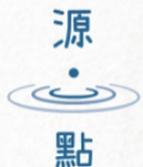


捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

體驗活動：苔蘚生態瓶



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

體驗活動：苔蘚生態瓶

1. 先放入碎石
2. 加入赤玉土
3. 噴濕赤玉土表面
4. 加入苔蘚 (需要時可修剪根部)
5. 加入裝飾品
6. 挑選一項突顯品格優勢的貼紙貼在卡紙上，(可在後面加提醒或鼓勵字句)
7. 最後用絲帶綁在瓶身裝飾



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

分享問題

1. 在過程中感覺如何？
2. 發現自己運用了甚麼品格優勢？
3. 有沒有甚麼困難？如有，你怎樣面對？這當中運用了甚麼品格優勢？
4. 你會如何運用這次活動經驗在日後活動/教學當中？



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



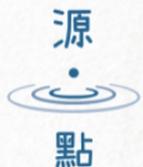
捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

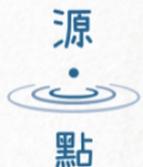
活動設計小貼士

- 目標 **時刻緊記
- 對象 – 用對方感興趣及明白的方式
- 時間 – 時間管理
- 地點 – 考慮活動形式的一大因素
- 資源
- 多以活動帶出訊息
- 讓參加者討論及分享 (加強學習效果)
- 簡報宜精簡
- 避免長時間講解；多元化方式



小提示：

- 善用自己和學生的品格優勢！
- 多鼓勵、讚賞每一個嘗試
- 嘗試以「你發生了甚麼事？」(What's happened to you)的角度去看待別人，而非「你有甚麼問題？」



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



THANK YOU!