

The background of the image is white and filled with numerous handprints in various colors including purple, green, orange, blue, yellow, and red. The handprints are scattered across the page, with some appearing larger and more prominent than others. In the center of the page, the Chinese characters '認識自己' are written in a bold, green, sans-serif font.

認識自己



教案特色

■ 厄瑪烏教學法

- (生活經驗)
- (基督徒故事)
- (結合)
- (回應)



生活經驗

- 從自己身邊的人(同學、家長，老師)去了解自己
- 認識自己平時覺察不到的一面
- 從而對自己有更深的理解

我的名字

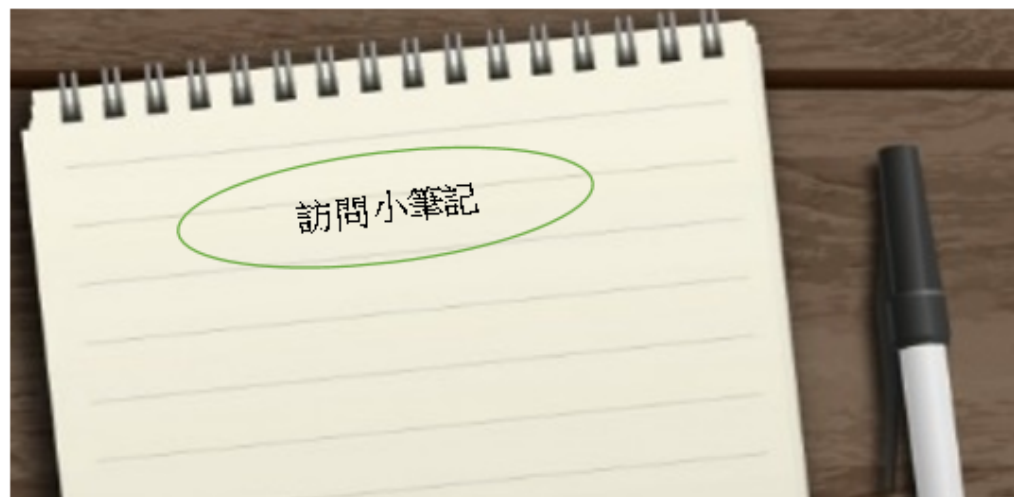
我的名字

嘗試在家中選擇一至兩名受訪對象，然後深入查究一下自己，訪問對象可以是家長、祖父母或家中負責照顧你，養育你的人。



參考訪問問題：

1. 我是在那間醫院出世？當時情況是怎樣的？出世時是甚麼時間？
2. 你第一眼看見我時，當時心情怎樣？誰來探望我？
3. 誰為我起這個名字呢？起這個名字是有甚麼原因嗎？這名字有何意思？
4. 我的名字是對我有甚麼期盼或願望嗎？
5. 可以分享我小時候的一些片段嗎？舉例說明一下。
6. 或其他自訂的問題。



活動工作紙一

我是誰？



試在下表，找出最適合形容自己的三個正面的三個負面的特徵。如以下的詞語未能提供，你也可以自己填寫。

正面的特徵		負面的特徵	
樂觀	有禮貌	輕浮	衝動
堅強	穩重	脆弱	偏強
勤力	真誠	依賴	害羞
無憂無慮	獨立	暴躁	狡猾
幽默	溫柔體貼	膽小怕事	冷漠
行事小心	爽快	苛刻	不誠實
聰明	慷慨	吝嗇的	貪婪的
樂於助人		悲觀消極	
我的正面的特徵		我的負面的特徵	



活動工作紙二

同學眼中的我是……

姓名：_____

你眼中的我是怎樣的呢？

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

姓名：_____

你眼中的我是怎樣的呢？

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

姓名：_____

你眼中的我是怎樣的呢？

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

姓名：_____

你眼中的我是怎樣的呢？

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____



我的檢測表

自己知道

自己不知道

公開


盲目

他人知道

隱藏

未知

他

- 
- 靠自己了解自己可能有限或片面的
 - 身邊的人去告訴自己，讓自己更認識自己，甚至是平時自己未必覺察到的一面。

在上堂，我們透過不同活動，了解自己眼中的自己，父母眼中的自己，同學眼中的自己及老師眼中的自己後，讓我們對自己作一個少少的總結。

總括大家眼中的自己，並經過自己仔細的分析，並持開放及客觀的態度去審視他人對自己的看法，從中辨別出客觀的事實和主觀的評論，在評論中篩選出善意、有益和有建設性的以作參考及改進。注意如有惡意的批評則要提高警覺，避免受到影響。

經篩選後，我發現有以下的優點：

--	--	--	--

經篩選後，去除惡意的人身攻擊後，我發現也有以下的缺點：

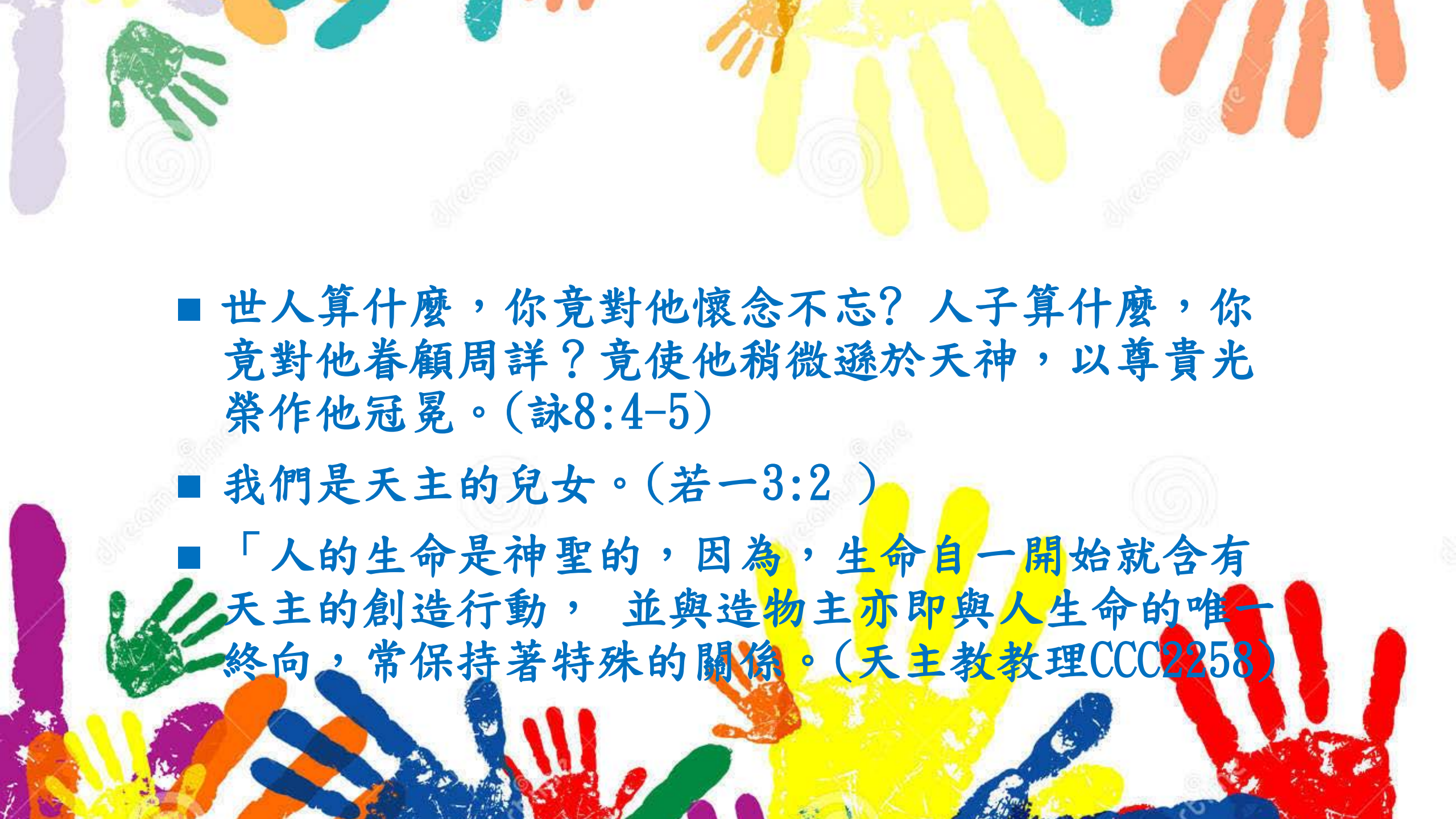
因著我的缺點，我會嘗試作出以下改善的方法


缺點	改善方法




基督徒故事

- 天主於是照自己的肖像造了人(創1:27)
- 上主，你鑒察了我，也認清了我。(詠139:1)
- 你造成了我的五臟六腑，你在我母胎中締結了我。
我讚美你，因我被造，驚奇神奧，你的工作，千奇萬妙！我的生命，你全知曉。(詠139:13-14)

- 
- 世人算什麼，你竟對他懷念不忘？人子算什麼，你竟對他眷顧周詳？竟使他稍微遜於天神，以尊貴光榮作他冠冕。(詠8:4-5)
 - 我們是天主的兒女。(若一3:2)
 - 「人的生命是神聖的，因為，生命自一開始就含有天主的創造行動，並與造物主亦即與人生命的唯一終向，常保持著特殊的關係。(天主教教理CCC2258)

- 
- 生命是天主賜予我們的禮物，每個人都是獨一無二的。我們要了解自己，才能找到能改善自己的地方，才能找出自己的方向。了解自己的潛在能力與天賦才華，知道真正的力量所在，知道天主對我們每一個人的安排。

- 
- 每個人都有自己的缺點，自己不完美的地方。
 - 但這並非表示自己就是不完美是不好的



結合

- 耶穌在我的處境會怎樣想和怎樣辦？
 - 鼓勵學生以基督徒的價值觀指導自己的道德抉擇。
 - 就是邀請學生與耶穌相遇及交談
 - 例子(模範)
 - 愛迪生、聖奧思定



愛迪生

- 每個人都有自己的才能。天主賜給我們的恩賜各有不同，重點是我們有沒有好好善用它呢？
- 缺點如何成為優點？
- (影片) 因為不完美，所以更幸福

聖奧思定

- 年幼雖然很聰明，卻不愛念書，而且生活放蕩。他和同伴們之間相互比較誰比較邪惡。試過與一名女子同居，這女子更為他生了一個兒子。後來，他生了一場重病後，開始閱讀聖經。後來更皈依上主。
- **（就算你是不相信天主，甚至生活放蕩的人，但天主仍主動的尋找你，使你皈依祂。）**
- 願意悔改都是一個天主欣賞的地方

The background of the slide is white and decorated with numerous colorful handprints in various sizes and colors, including purple, green, orange, yellow, blue, and red. The handprints are scattered across the top and bottom edges, creating a vibrant and inclusive atmosphere.

■ 運用一些名人的生平幫學生將生活的經驗和基督福音精神**結合**



Mindful Thinking

- 就是邀請學生與耶穌相遇及交談

-



回應

- 承諾書
- 承諾會運用自己的優點來幫助其他人，並把之實踐



教案特色

■ 厄瑪烏教學法

- (生活經驗)
- (基督徒故事)
- (結合)
- (回應)



■ 如何善用教案？

■ 孔教為例