

群性發展篇

年級	課題名稱	目標
初	1. 生果大拼盆 2. 友誼花 3. 大事與小事	尊重及接納他人 溝通及人際關係 應變及處理衝突
中	1. 表達「我」的訊息 2. 友情圈 3. 被欺負怎麼辦	尊重及接納他人 溝通及人際關係 應變及處理衝突
高	1. 交友基本法 2. 祝福與道別 3. 手足情深	尊重及接納他人 溝通及人際關係 應變及處理衝突

群性發展篇 ～ 生果大拼盆

目的：讓學生學習欣賞別人的優點，提昇學生對朋友作為支援網絡的重要性。

對象：初小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：工作紙

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

教師派發工作紙，請學生填寫自己的好朋友名稱在生果大拼盆內的生果上。

II. 活動內容 (20 分鐘)

教師請學生填寫這些好朋友的優點，並與兩至三位同學分享。教師也可抽樣問學生及與他們討論怎樣才成為好朋友。例如：願意聽取我的意見、會接納我的短處、會提醒我不要做錯事、會分食物給我、會在小息時與我一同玩、...等

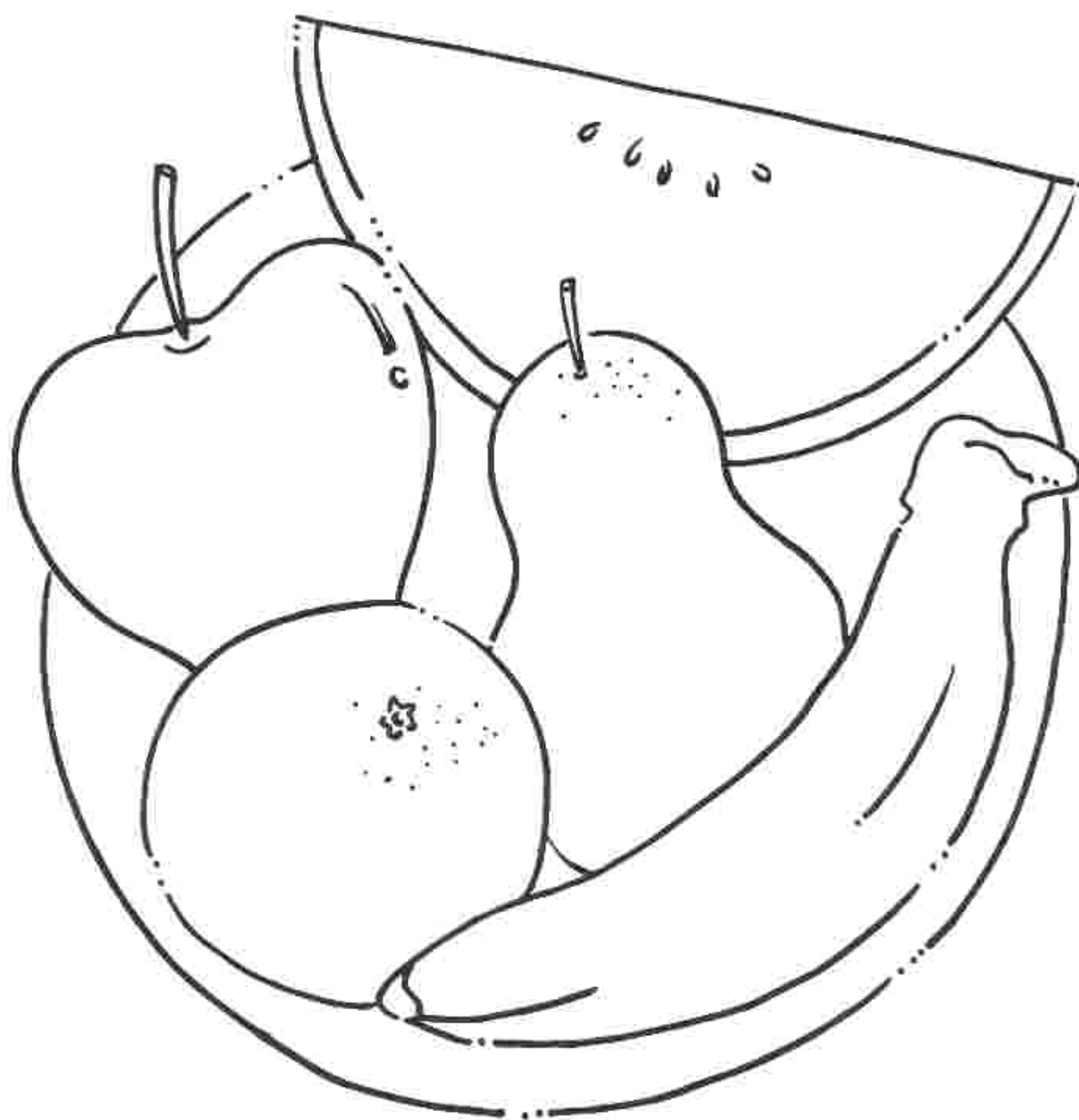
III. 反思及總結 (10 分鐘)

教師總結怎樣才能互相成為好朋友。除欣賞別人的優點外，自己也會成為別人的朋友。而朋友作為支援網絡是很重要的。

群性發展篇 ～ 生果大拼盆

工作紙

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____



群性發展篇 ～ 友誼花

目的：協助學生找出友誼的特質。

對象：初小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：工作紙「友誼花」

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 學生自由討論友誼的特質，老師將友誼的特質寫在黑板上。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 學生在工作紙上寫上一位好朋友的名字及他/她的長處。加上顏色，然後送給他/她。
2. 老師請多位同學讀出工作紙的內容，幫助學生瞭解何謂友誼。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

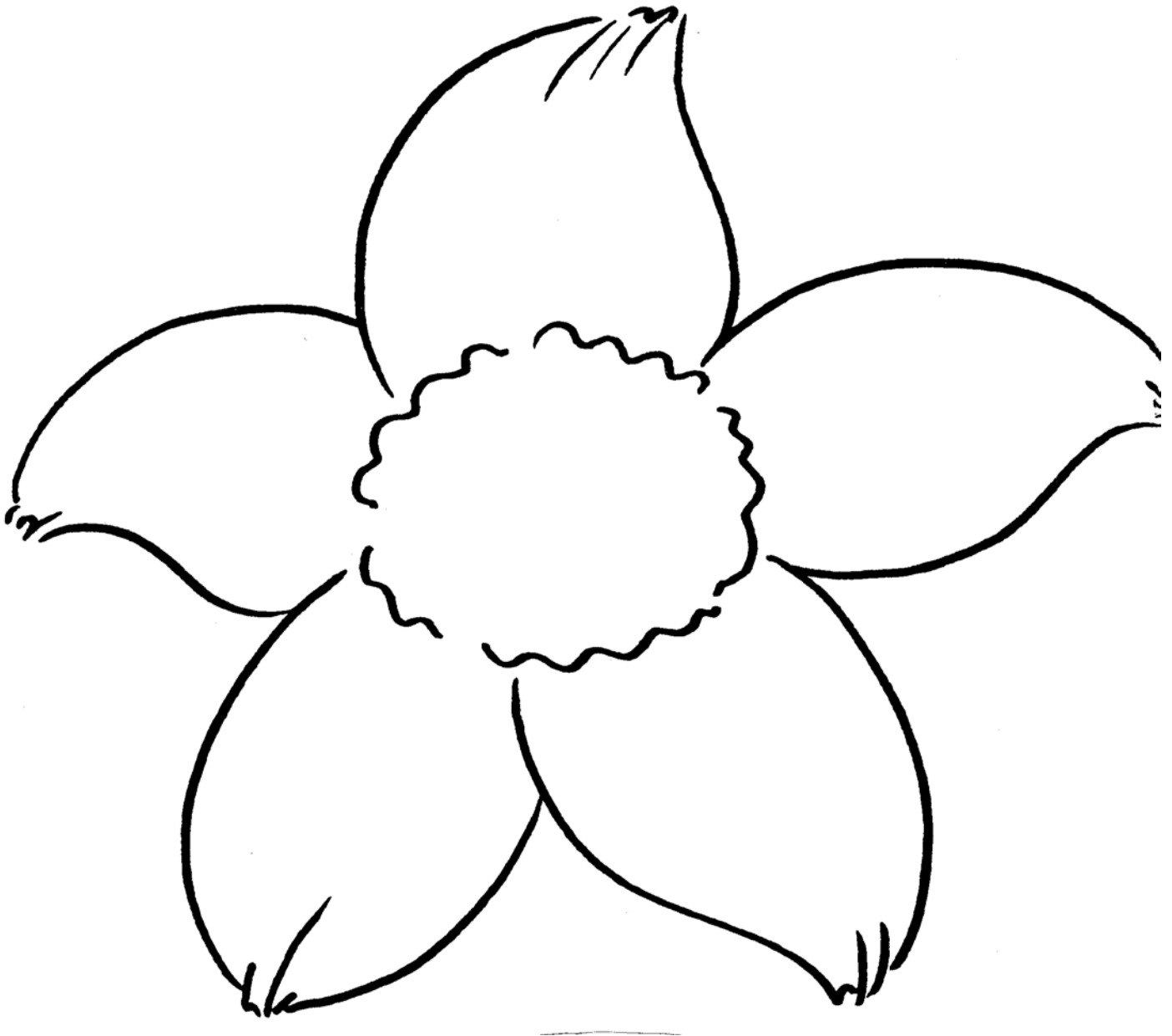
1. 歸納學生對友誼的特質的共通處。
2. 鼓勵學生多欣賞別人的長處。

群性發展篇 ～ 友誼花

工作紙

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

請寫上你好朋友的名字在花蕊中。在每一塊花瓣內請寫上你喜歡他/她的地方。請填上顏色，然後送給他/她。



群性發展篇 ～ 大事與小事

目的：協助學生找出友誼的特質。

對象：初小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：1. 「青蛙王子」的處理方法圖

2. 學生常遇到的問題舉例

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

教師以講故事的形式，介紹「青蛙王子」的處理方法。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 學生討論及列出常遇到的問題。

2. 教師參考「學生常遇到的問題舉例」，給學生舉例什麼是大事，什麼是小事。學生繼續討論怎樣處理這些事情。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

教師總結

在處理小問題時，我們可自行選擇方式並嘗試處理，但一些重要事件和有些事你不知怎樣做時，我們就要找成年人幫忙。

群性發展篇 ～ 大事與小事

「青蛙王子」的處理方法



離開／走開



不理會



商討問題



妥協



叫他們停一停



道歉



輪流與分享



冷靜下來



玩另一些遊戲

群性發展篇 ～ 大事與小事

學生常遇到的問題

舉例建議：

- | | |
|----------------|------------------|
| 1. 上課時被其他同學滋擾 | 7. 同學抄功課 |
| 2. 同學玩耍時爭先恐後 | 8. 同學打架 |
| 3. 同學不願意分享玩具 | 9. 與同學口角 |
| 4. 同學取笑我 | 10. 同學替別人起了不雅的綽號 |
| 5. 同學擅自取去別人的東西 | 11. 同學要求你嘗試吸煙 |
| 6. 同學放學時跑出馬路 | 12. 同學破壞公物 |

群性發展篇 ～ 表達「我」的訊息

目的：讓學生學習表達自己的感受及面對異議。

對象：中小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：工作紙 (一)、(二)

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 教師派發每位同學一張工作紙(一)「良朋益友」，請學生在氣球上寫上期望朋友擁有的特質。
2. 待學生完成後，請部份學生說出他們對朋友的期望。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師與學生討論在什麼情況下大家會有不同的意見。
2. 當學生遇到這種情況，討論他們會如何處理。
3. 教師介紹「我」的訊息給學生。派發工作紙(二)，利用情境角色扮演，練習如何表達。學生可分小組選擇一個或兩個情境作討論及互相練習「我」的訊息。教師可抽請學生示範，查詢接訊息的感覺。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

教師總結

我們學習利用「我」的訊息表達自己的感受，而非指責他人的不是。

這樣可減少同學之間的衝突。

群性發展篇 ～ 表達「我」的訊息

工作紙（一）：良朋益友

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

你希望你的好朋友是一個怎樣的人？



群性發展篇 ～ 表達「我」的訊息

工作紙（二）

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

表達「我」的訊息三步曲：

1. 當_____（說出事情或問題的情況）
2. 我覺得_____（說出你的感受）
3. 因為_____（說出為什麼）

舉例一：

當你拿了我的鉛筆時，我覺得不高興，因為這支鉛筆是我的生日禮物。

情境一：

你借了一盒顏色筆給要好的同學，但當他還給你時卻不見了三支顏色筆。

1. 當_____
2. 我覺得_____
3. 因為_____

情境二：

在小息時你正排隊要去洗手間，突然間有兩位同學插隊排在你的面前。

1. 當_____
2. 我覺得_____
3. 因為_____

情境三：

在放學時當你遇見華明，他很大聲的叫出你的「花名」肥仔/女文，引起在場同學都用奇異的眼光看你。

1. 當_____
2. 我覺得_____
3. 因為_____

情境四：

今天早上媽媽說買了你最喜愛的「士多啤梨」，你可以放學後回家吃。放學後見妹妹剛把最後的一個放進口內。

1. 當_____
2. 我覺得_____
3. 因為_____

情境五：

今天美術堂內，剛好芳芳問你星期六生日的事情。你們正談得很開心時，卻被老師看見。老師說你們不專心，要你們在小息留下。現在面對老師與你傾談，你心裏很高興。

1. 當_____
2. 我覺得_____
3. 因為_____

群性發展篇 ～ 友情圈

目的：鼓勵學生擴展他們的社交圈子。

對象：中小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：工作紙「友情圈」

活動建議：

I. 熱身運動 (5 分鐘)

播放有關友誼的歌曲，如：友誼萬歲。

II. 活動內容 (20 分鐘)

1. 教師引導學生討論“初相識”，“朋友”及“知己”的分別。
2. 請學生想一下誰是自己的“初相識”、“朋友”及“知己”，完成工作紙。
3. 學生分成 4 至 5 人一組，討論與初相識、朋友及知己一起分別有什麼活動。
4. 教師請一、兩組學生，匯報他們分享的內容。
5. 教師提問：我們可以怎樣擴展自己的社交圈子？

III. 反思及總結：(10 分鐘)

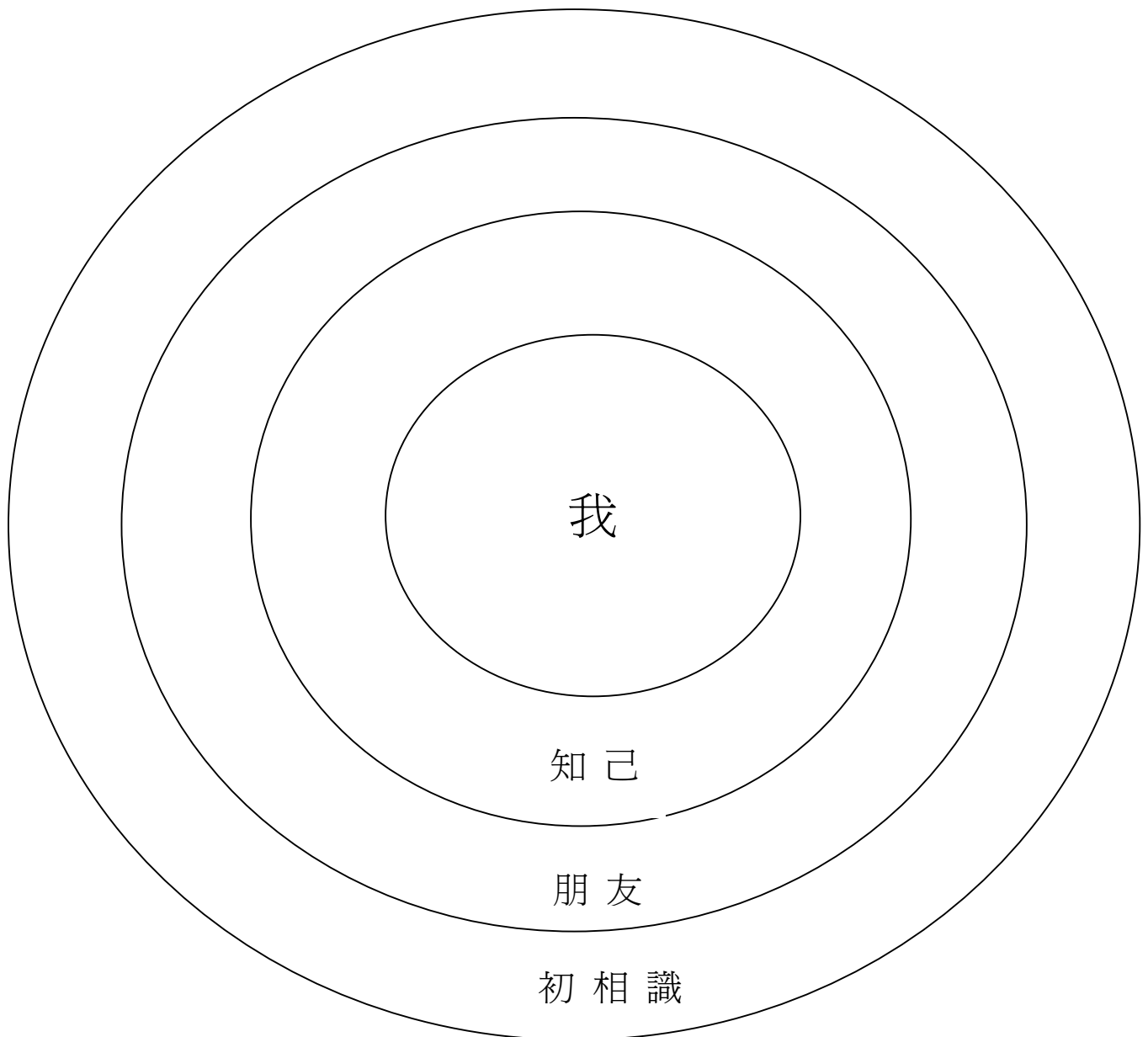
教師總結朋友對我們日常生活的重要性。朋友可以和我們一起遊玩和工作。有困難及有心事的時候也可以找朋友幫助和傾訴！

群性發展篇 ～ 友情圈

工作紙

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

1. 在我的“圈”內劃出自己或貼上自己的照片。
2. 在“初相識”、“朋友”及“知己”的圈內，寫出他們的姓名及與你的關係。



群性發展篇 ～ 被欺負怎麼辦

- 目的：
1. 讓學生認識何謂「被欺負」。
 2. 讓學生認識及明白自己的權利，免被欺負。
 3. 鼓勵學生學習面對困難及解決問題。

對象：中小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：

器材：高影機

教具：「解決問題」遊戲咭一套(高映片 a-f)、
情境咭、「人權宣言」(高映片 g)、
「我的人權宣言」(高映片 h)

工作紙：「我的人權宣言」彩旗紙

教師自備教具：寶貼萬用膠、適量紅豆、綠豆、紙盒或器皿、
碗、筷子、廢紙一疊

活動建議：

I. 熱身活動 (10 分鐘)

1. 先把學生分成最少 2 人一組 (視乎全班人數而定)。
2. 分發已混合放置有紅、綠豆的紙盒或器皿給各組同學。
3. 於指定時間內 (3 至 5 分鐘) 將紅豆及綠豆用筷子夾起，分別放於兩個膠碗中，比試那組數量最多。

4. 教師示意比賽進行時不准發問及投訴。
5. 比賽進行中，教師故意不理會對違反遊戲規則的投訴。
6. 決定勝負，以指定時間內挾豆最多那組為勝，不理其他犯規因素，不准反抗。
7. 進行討論反思。
 - i. 看見其他組別不遵守遊戲規則，主持人又不理會投訴時，你有甚麼感受？
 - ii. 你覺得不公平，受欺負的心情好過嗎？

II. 活動內容（20 分鐘）

1. 活動一：「拿出勇氣站起來」
 - a. 選出兩位學生依情境咭作情境扮演，請其他學生發表感受及意見。
 - b. 再由其他學生抽出解決問題遊戲咭（一至六號）分別演繹。播放高映片（a-f）。假設一些「欺負」情境。教師引導學生分析各可行之方法及後果，再共同選取最好的方法。
 - c. 教師作出小結（揭示結果部份）。
 - i. 在日常生活中，難免有人會有意或無意地讓我們感到難堪、難過，甚至被欺負，而我們應該積極面對。
 - ii. 面對被欺負時，要肯定自己的價值、尊嚴和個人權利，拿出勇氣表達感受、意見和立場。

2. 活動二:「我的人權宣言」

- a. 展示高影片 g，教師向學生講解（若程度許可，可邀請學生試作解釋）。
- b. 再展示高影片 h，嘗試邀請學生演出“宣言”並試作解釋。
- c. 分發“人權宣言”彩旗工作紙及廢紙一張，指導學生把廢紙捲曲成旗竿製作彩旗。
- d. 若時間許可，可讓學生提起彩旗嚴肅地宣讀一次。

我的人權宣言

我有權活得好一些（例如：開心、公平、自由民主）

我有權被尊重

我有權利表達我的感情和思想

（例如：我的想法、我的感受、我的意見）

我有權利不被人傷害我的身體

我有權利去照顧和被照顧（互助互愛）

III. 反思及總結（5 分鐘）

教師總結

1. 明白每人都是有一個尊嚴的個體。
2. 認識自己的權利，免被欺負、踐踏和佔便宜。
3. 拿出勇氣，表達感受、自我確定是保障自己不被欺負的元素。
4. 嘗試從不同角度去思考及看事物，有助克服逆境和困難。

群性發展篇 ～ 被欺負怎麼辦

情境咕

牛精偉：（兇神惡煞地推一下民仔）「喂！你撞到我
喎，你 ！我都敢撞，唔想大定啦！」

民仔： 「哎呀！唔係呀！我冇心 （委屈地）！」

牛精偉：（自大兼不屑狀）「唔理你有冇心，賠 20 元湯
藥費啦！」

民仔： （低下頭不敢直望）「我好細力咋，唔使睇醫生
！」

牛精偉：（威脅狀）「梗係唔駛啦！要 話，我會叫你賠
20 元咁少咩？畀唔畀？唔畀見你一次打你一
次！」

民仔： （害怕地，想哭狀）

遊戲咭一號（高映片 a）

解決問題的方法和後果（一號）

解決問題方法

害怕受欺負，
而作出個人認為
合適的行動。

（順從、低聲下氣道歉並接納要求）

後果

日後更會欺負



遊戲咭 2 號 (高映片 b)

解決問題的方法和後果 (二號)

解決問題方法

作出反擊行動，
不讓自己受委屈，
大發脾氣。

(對罵、大吵大鬧甚至打架)

後果

受罰... 流血兩敗俱傷



遊戲咭 3 號（高映片 c）

解決問題的方法和後果（三號）

解決問題方法

明白每人應有的權利，
勇敢地面對。
（挺起胸膛，義正嚴詞地，
表明不答應的原因
和自己的立場。）

後果

遊戲咭 4 號 (高映片 d)

解決問題的方法和後果 (四號)

解決問題方法

作出反擊行動，
不理自己身處環境，
大發脾氣

(對罵、大吵大鬧甚至打架)

後果

大打出手、連電視也毀壞。



遊戲咭 5 號（高映片 e）

解決問題的方法和後果（五號）

解決問題方法

靜靜地、
害怕地、爬起來，
帶著委屈，
敢怒不敢言地
急急走開、逃避。

後果

日後更受欺負；惡人得逞。



遊戲咭 6 號 (高映片 f)

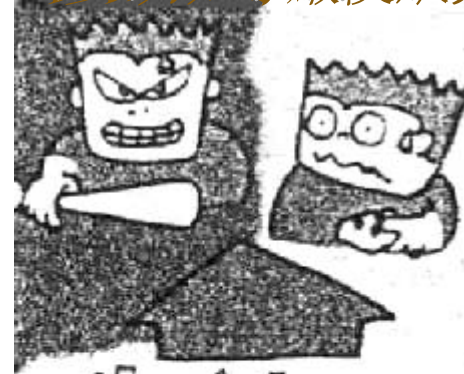
解決問題的方法和後果 (六號)

解決問題方法

站起來，
大聲地向欺負你的人說：
「電視是大家都可以享有的，
你可以徵求我讓你看，
或者大家一起睇、
但你不可以欺負人。」

後果

你的勇氣和尊嚴使欺負你的人懾服。



若他人情緒不受控制，應相告老師，讓老師處理

高映片 g

人權宣言

人人有權
享有生命、
自由及
人身安全

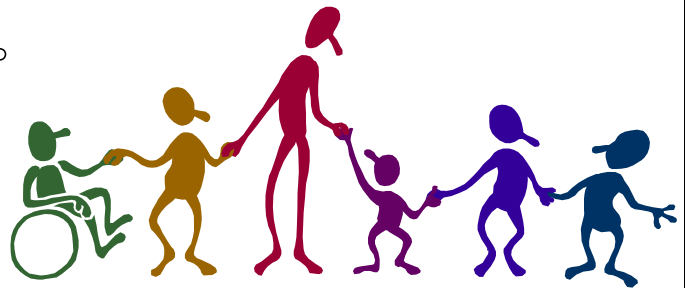


法律前
人人平等，
人人受法律的
平等保護。



人人生而平等自由，
應和睦相處，情同手足。

人權不因種族、膚色、
性別、宗教、語言等等
差異而有區別。



高映片 h

我的人權宣言

我有權活得好一些
(例如：開心、公平、自由民主。)

我有權被尊重，
我有權利表達我的感情和思想。
(例如：我的想法、我的感受、我的意見。)

我有權利免於被人傷害我的身體。

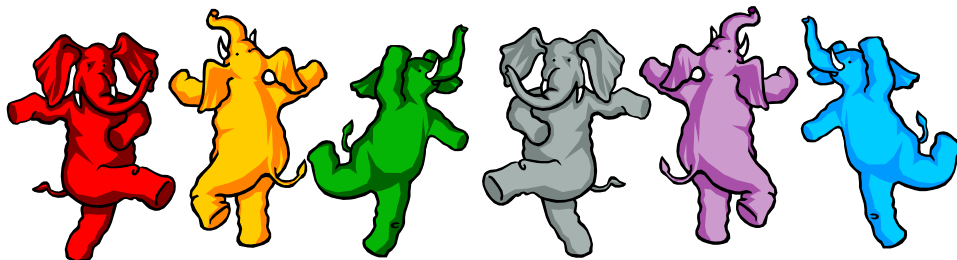
我有權利去照顧和被照顧。

(互助互愛)



社化語錄

認識個人權利 積極主動爭取
免被欺負取笑 生活自然無憂



群性發展篇 ～ 被欺負怎麼辦

「人權宣言」彩旗

姓名：_____ 班別：_____

請沿虛線剪下備用。



我的人權宣言

◇ 我有權活得好一些

（例如：開心、公平、自由民主）

◇ 我有權被尊重

◇ 我有權利表達我的感情和思想

（例如：我的想法、我的感受、我的意見）

◇ 我有權利不被人傷害我的身體

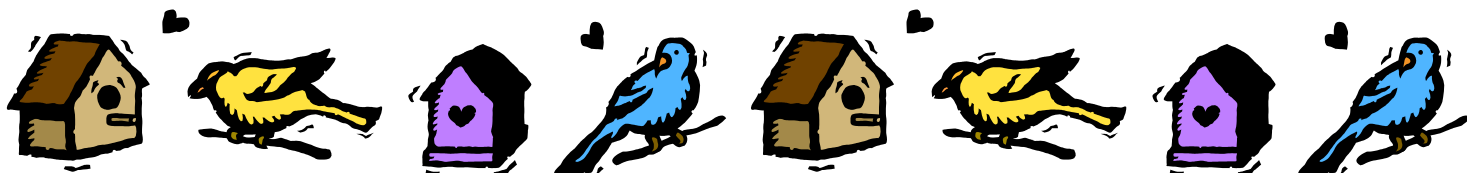
◇ 我有權利去照顧和被照顧

（互助互愛）

社化語錄

認識個人權利 積極主動爭取

免被欺負取笑 生活自然無憂



群性發展篇 ～ 交友基本法

- 目的：
1. 讓學生反省平日與人相處的態度。
 2. 讓學生明白要成為別人的朋友需要承擔的責任。
 3. 鼓勵學生改善自己、原諒別人，重新與人建立真正的友誼。

對象：高小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

- 教學資源：
1. 高映機
 2. 高映片兩張
 3. 工作紙（一）個案討論
 4. 工作紙（二）「交友十大要訣」

活動建議：

I. 熱身活動（5 分鐘）

播放高映片（一），與學生討論其中內容。

II. 活動內容（20 分鐘）

1. 播放高映片（二），作出統計
2. 假若你希望得到別人的認同和尊重，那麼，你又會如何對待你的朋友呢？
3. 「個案討論及角色扮演」
 - a). 四人一組，分派個案工作紙(一)，著學生先作討論，再指出個別角色的毛病，再預備角色扮演。

b). 選出數組輪流作角色扮演，並全班討論角色中所犯的毛病。

III. 反思及總結（10 分鐘）

派發工作紙(二)「交友十大要訣」，老師與學生一同討論及列出例子，再總結待人的基本態度和建立友誼的重要條件。

群性發展篇 ～ 交友基本法

高映片(一)

(I) 熱身運動高映片

你對下列的名稱熟悉嗎？



你聽過同學們的別名嗎？你有沒有替你的同學改了類似上述的別名呢？試想想他們會有何感覺？

試在括號內填上自己的名字

我，_____，又叫侏儒／大冬瓜／大細眼

假如別人經常替你改了一些類似上述的別名，你會感到尷尬，甚至是憤怒嗎？
為甚麼你會這樣呢？

群性發展篇 ～ 交友基本法

高映片(二)

(II) 活動內容工作紙

下面是一個調查表，假如你因同學替你改了難聽的名而感到憤怒，下列哪幾項是你憤怒的原因呢？請在方格上加上「✓」號

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| 1. 感到受侵犯，被傷害 | ☐ |
| 2. 被排斥，得不到認同 | ☐ |
| 3. 不被尊重。 | ☐ |
| 4. 自尊心受損 | ☐ |
| 5. 感到羞恥 | ☐ |
| 6. 自己的弱點或不愉快的經歷被誇大了。 | ☐ |

群性發展篇 ～ 交友基本法

工作紙（一）：個案討論

小組成員：_____ 班別：_____ 日期：_____

個案討論

每個人都希望可以找到真正的朋友，大家「有福同享，有難同當」。但現實往往不如人意。現在請你填上同學所犯的錯誤，及你會如何和阿 Mike 溝通。

情境一：

阿 Mike：真好啊！我的測驗成績有 90 分呢！

同學甲：哼！90 分成績有甚麼了不起，真是自大狂啦！其實我懷疑你究竟有沒有作弊？

同學乙：哦！是嗎？我就沒有你那麼好運氣了。你現在已經超越了，我絕對追不上你了。

甲同學的毛病是：_____

乙同學的毛病是：_____

我會同阿 Mike 說：_____

情境二：

阿 Mike：嗚嗚！我不敢向母親說我的默書成績不合格。

同學甲：哼！有甚麼大不了，大驚小怪！

同學乙：哈哈！你的默書成績我根本沒有興趣知道，看見你這個樣子，真好笑！

甲同學的毛病是：_____

乙同學的毛病是：_____

我會同阿 Mike 說：_____

情境三：

阿 Mike：我很喜歡班那個女孩子呀！

同學甲：嘩！你這副樣貌，不想別人會對你有好感了！

同學乙：喂！各位同學請注意，突發頭條新聞～阿 Mike 喜歡鄰班的女孩呀！

甲同學的毛病是：_____

乙同學的毛病是：_____

我會同阿 Mike 說：_____

小結：上述的例子告訴我們，朋友間的相處，必須遵守一些基本原則，那樣，彼此才可建立更好的關係，才可以互相扶持，共同學習及進步。

群性發展篇 ～ 交友基本法

工作紙(二) 「交友十大要訣」

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

1. 主動開放

朋友不會自動尋上門來，被動的人只會孤獨一生。你可以嘗試主動接觸身邊的人，先表達友善和樂於交朋友的態度。

例子：_____



2. 有禮貌

禮貌是人際關係的養份，可使你與人相處融洽親切。

例子：_____

3. 不挖苦別人

不要將別人的短處、錯失或私事，以笑謔的語氣公開談論，以別人的痛苦或尷尬來娛樂自己。其實每個人都有弱點，若我們總是挑剔別人的不是，會使別人的自尊心受損。相反，我們應該多欣賞別人的優點，並以言語和行動表示讚賞。

例子：_____



4. 勇於認錯

每個人都會有機會犯錯，不肯說「對不起」，並不是保留尊嚴的做法，相反卻是懦弱的表現。不肯承認錯誤的人是很難受朋友歡迎的。

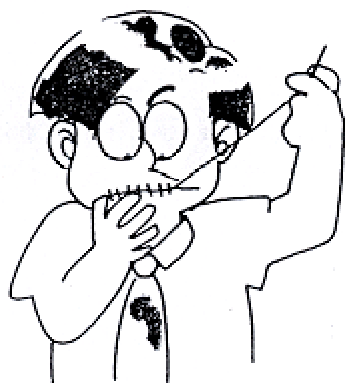
例子：_____



5. 留意自己的言行舉止

有些同學粗魯囂張，很容易嚇怕身邊的人。交朋友必須先由認識和改進自己開始。

例子：_____



6. 嚴守秘密

朋友信任你，把秘密告訴你，如果你藉此開玩笑、搬弄是非、散播謠言，對方會因此受到傷害。

例子：_____

7. 尊重別人

每人都有自己的感受和權利，我們必須尊重他人，不應侵犯別人的自由。

例子：_____



8. 坦誠

沒有人願意跟騙子做朋友，樂於與人分享自己的快樂和擔憂的人，能與人建立深厚的友誼。坦誠是友誼的主要基礎。

例子：_____



9. 別開過份的玩笑

說笑有時可以調劑生活，但是無謂或者帶傷害的笑話，往往會帶來誤會，甚至憎恨。

例子：_____



10. 不要自我中心

一個只懂堅持自己觀點的人，一定不會受歡迎。我們要學習聽別人的說話，體諒別人的需要，為他人著想。

例子：_____

群性發展篇 ～ 祝福與道別

目的：讓學生學習對同學表達關心與祝福。

對象：高小學生

教學節數：1 節（35 分鐘）

教學資源：工作紙「友誼萬歲」

活動建議：

I. 熱身活動（5 分鐘）

教師引導學生回想過去六年小學生活的苦與樂，重溫印象深刻的往事或溫馨的片段。

II. 活動內容（20 分鐘）

1. 學生在工作紙上寫上自己的名字一致xxx（自己的名字）。
2. 把工作紙傳給另一位同學，請他們寫上祝福語或畫上吉祥標誌。
3. 四人一組，分享工作紙的內容。
4. 學生向同學說出別人給予的祝福及自己對別人的祝福。

III. 反思及總結：（10 分鐘）

1. 分享接納或給予祝福的感受
2. 教師總結大家即將畢業，難免有依依不捨的心情；但天下無不散的筵席，希望各同學彼此珍惜友情，畢業後繼續與同學和母校保持聯絡。

群性發展篇 ～ 祝福與道別

友誼萬歲

致_____同學的祝福

群性發展篇 ～ 手足情深

目的：讓學生了解兄弟姊妹間的紛爭是可以藉著互諒互讓的方式來解決。

對象：高小學生

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教育資源：工作紙

活動建議：

I. 熱身活動 (五分鐘)

1. 問學生有沒有經歷過兄弟姊妹間的紛爭，例如吵架或打架。
2. 問學生紛爭過後的感受

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 兩人一組，派發工作紙。請同學作角色扮演：扮兄/弟/姊/妹，假設一種衝突的情境，然後商討一些正面的處理方法及寫在工作紙上。(如同學提出沒有兄弟姊妹，可請他想像與同學、表兄弟姊妹或朋友起衝突的情境)
2. 請兩至三對同學分享工作紙的內容。
3. 教師就內容鼓勵其他同學發表意見，提出其他積極正面解決衝突的方法。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

教師總結

1. 兄弟姊妹爭執時有發生，但都是短暫的，是會過去的，親情仍然存在。
2. 若能勇於認錯，坦誠相對，互諒互讓，便能化解窘境。

群性發展篇 ～ 手足情深

工作紙

小組成員：_____ 班別：_____ 日期：_____

請圈出假設關係：

我 們 是

兄 弟 姊 妹

假設情境—引起衝突的原因：

正面的處理方法：