

共創成長路 (第二階段)

「自決能力」



共創成長路
PATHS
to Adulthood

曾潔雯博士
香港大學社會工作及社會行政學系
副教授
臨床心理學家

許錦屏博士
香港大學教育學院
副教授
教育心理學家

羅智雯小姐
課程組
計劃統籌員

賽馬會青少年培育計劃
AJOCKEY CLUB YOUTH
ENHANCEMENT SCHEME

1



何謂「自決能力」?

- 個人能夠自主判斷、抉擇和訂立目標 (Serna & Lau-Smith, 1995)
- 需要青少年先認識及尊重自己，具備相關技巧，透過不斷體驗和學習 (Field, Hoffman & Posch, 1997)
- 一個能給予支持的環境更有助培養青少年的自決能力 (Ryan & Deci, 2000)
- 自決能力與青少年正面成長有密切的關係

2



「自決能力」有何重要?

- 較佳
 - 學業表現、能力感、自我價值觀、自制能力和創意 (Reeve, 2002)
- 提升
 - 自尊感 (Owens, Mortimer & Finch, 1996)

3



「自決能力」與吸食危害精神毒品有何關係?

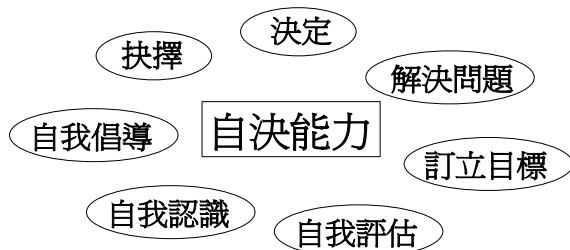
- 停止服用危害精神毒品的關鍵因素：
 - 代價太大 (如：恐懼、身體反應、情緒、家人)
 - 決定 (如：意志力、「自決能力」)
- 良好的「自決能力」有助拒絕吸食危害精神毒品的誘惑

第一次 ↔ 即時反應 ↔ 長遠後果

4



怎樣提升「自決能力」?



Eisenman & Chamberlin, 2001; Karvonen, Test, Wood, Brower & Alzozzine, 2004; Ward & Kohler, 1996; Wehmeyer, 1998

5



PATHS 2 課程例子：「我該怎樣做？」

對象：	中一學生
單元目的：	教導學生在抉擇時要注意的地方，幫助他們能在日常生活中作出適當的選擇
教學目標：	認識自決時需要衡量別人意見和考慮選擇的後果
PATHS 1 活動內容：	SD1.2「簡單的一天」－以學生日常生活情境作討論題材
PATHS 2 活動內容：	「我該怎樣做？」－以與危害精神毒品有關的生活情境作討論題材

6



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

討論活動

廣播劇「我該怎樣做?」

假設你們是劇中的主角，
你們怎樣作出抉擇?

7



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

討論活動(情境一)

誰會影響你的意見呢? (請圈出你的選擇)	作出抉擇時， 你們考慮哪些後果?	你們有甚麼決定? (組員可提出不同決定)
1. 老師:「如果看見同學做不對的事情，我們應勸阻。如事態嚴重，應告訴老師或社工。這不是出賣同學，而是幫助他們的最好方法。」 2. 同學甲:「佢咁樣食落去，遲早有事。你幫佢踼水，咪即係害咗佢。」 3. 同學乙:「大家一場同學，今日你幫他，明日他會幫番你。踼下水啫，無所謂啦!」 4. 同學丙:「你敢唔幫佢!你係咪未死過呀?」		

8



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

討論活動(情境二)

誰會影響你的意見呢? (請圈出你的選擇)	作出抉擇時， 你們考慮哪些後果?	你們有甚麼決定? (組員可提出不同決定)
1. 老師:「我們要明辨是非黑白。如朋友的要求不合理或不恰當，我們應拒絕。」 2. 同學甲:「突擊檢查呢D嘢邊講得埋架。如果起你度搜到，死嗰個咪係你!」 3. 同學乙:「如果你唔幫佢，但實死架。你唔係咁無義氣，見死不救嘛!」 4. 同學丙:「上次你俾人屈，都係佢幫你出頭架。你咪當還返個人情俾佢囉。」		

9



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

反思問題

在現實生活中，

- 你們抉擇時會否跟從他人的決定?
- 會否根據不同人的理據而作決定?
- 會否只相信自己可決定一切?
- 會否衡量不同決定的後果?
- 能否為自己的決定承擔責任?

10



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

課節特點

- 內容設計隨學生的成長需要而改變
- 體驗教學、引用多媒體(聲帶連簡報)
- 彈性:
 - 每間學校的學生接觸或吸食危害精神毒品的情況及身處環境有異。導師可就學生的需要，在本課節及PATHS I 課節SD1.2「簡單的一天」選取情境與學生討論

11



PATHS 2 課程例子:「我該怎樣做?」(續)

課節特點

- 與其他課節扣連:
 - 課節「須防人不仁」、「認清好友」
 - 認清損友、學習拒絕的方法
- 提供教學建議:
 - 如學生不認識或認為毒品問題不切身，宜建議他們視這為討論題材，從活動中學習自決。
 - 上課時宜留意是否有學生面對毒品問題，並適當地作跟進。

~完~

12