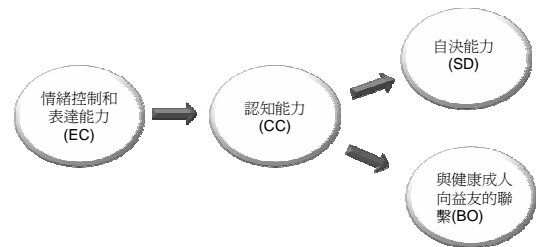


青少年正面發展構念 與禁毒教育

羅明輝
香港中文大學
社會工作學系
2009年12月10日

青少年正面發展構念與禁毒教育(中一)



弄拙成巧

爲什麼要好好處理
負面情緒?

當遇到不公平或叫人憤怒
的事情時，
你會有什麼反應？

「青少年憤怒時的反應」

唔出聲(58.7%)、同人講(42.2%)、大叫發洩(20.2%)、
大哭(19.5%)、打或丟東西(15.7%)、狂食(11.2%)、
打人(10.8%)、傷害自己(3.8%)、打機/打電腦(1.7%)、
睡覺(1.2%)、罵人(1.1%)

資料來源：防止虐待兒童會

「叉燒飯事件」

阿青是一名燒味師傅，在大集團快餐店工作。
有一天，一個客人來買叉燒飯，吃了大半才發現那碗飯太多豉油，要求換上一碗新的白飯（其實豉油份量一般）。
如果你是阿青，你會怎樣？

- 如果你是小青，你會：
 - 很憤怒，覺得客人的要求沒有理由，反過來罵客人。
 - 很憤怒，覺得客人的要求沒有理由，但認為多一事不如少一事，給她一碗飯。
 - 覺得是自己的錯，給客人一碗飯，然後忘了這件事。
 - 覺得是自己的錯，給客人一碗飯，然後覺得自己很差及沒有用。

- 在結果一和結果四中，小青會接受朋友的毒品嗎？
- 你認為故事的發展會怎樣？
- 大家試過用不同的方法處理情緒，因而得出不同的結果嗎？分享你的經驗。

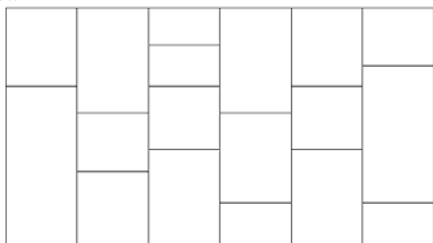
- 當我們遇到不如意的事情時，便會有負面的情緒。
- 當我們能處理情緒時，解決問題的能力會較好。
- 當一個人不能妥善處理情緒時，解決問題的能力會較差。
- 一些小事情可以導致很嚴重的後果。
- 當人有不如意事情時，吸毒並不會令事情好轉。

跟你的同學談談，看看假如這幾種情緒處理得不好，可能會有什麼後果。把答案寫在後果咭上。

榮耀感		內疚
	擔心	
好奇	妒忌	
	後悔	灰心

把你的小組的「情緒咭」和「後果咭」貼在適當的位置上，最快完成配對者勝出。

情緒咭



後果咭