

有教無「戾」－校園欺「零」計畫 操控型攻擊者學生小組(小學)

節數：第八節

主題：拉闊領袖畢業禮

- 目標：
1. 預防組員舊有的非理性想法日後重現
 2. 強化組員對合情合理合法新想法及「同理心」之運用
 3. 鞏固組員的成功經驗，加強持續改善的信心

| | |
|----|---|
| 活動 | 家課分享 — 「同理心訓練」 |
| 時間 | 15 分鐘 |
| 目的 | 因「操控型攻擊者」缺乏情感，因此，透過訓練組員對其重視的人及面對欺凌之受害者的觀察，強化組員「同理心」的運用，減少欺凌行為 |
| 程序 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享家課 — 「同理心訓練」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> - 你的觀察對象於這星期有甚麼情緒變化？是甚麼事件令他/她有這種情緒出現？ - 當留意到觀察對象的感受後，你與他/她相處上有甚麼改變？ 2. 總結及帶出訊息： 由於「操控型攻擊者」向來是缺乏情感，因此，透過觀察重視他的人，以鞏固組員「同理心」的運用及建立正面經驗，並多考慮被欺凌受害者的感受，從而讓組員反思違規行為為他人所帶來的負面影響，減少欺凌行為的出現 3. 讚賞能完成家課或主動分享的組員，並給星星貼紙／禮物以示鼓勵 |
| 物資 | 後備家課、禮物、星星貼紙 |

| | |
|----|---|
| 活動 | 拉闊提醒你 |
| 時間 | 20 分鐘 |
| 目的 | 預防組員舊有的非理性想法於日後重現 (Relapse Prevention) 強化及鞏固組員運用合情合理合法概念以拆解負面想法 |
| 程序 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 以快問快答的獎勵形式，與組員一起重溫在小組中學習過的知識，裝備組員於日後可能再出現非理性想法時的應付方法（如：合情、合理、合法概念），以避免組員於面對挑戰時故態復萌 2. 介紹及派發「拉闊提醒咭」，鼓勵組員把提醒卡放於當眼的位置，如筆盒、手冊、錢包等，方便組員日後重現非理性想法及以欺凌行為獲得著數的念頭時，用以提醒自己以「合情、合理、合法」概念拆解負面想法 |

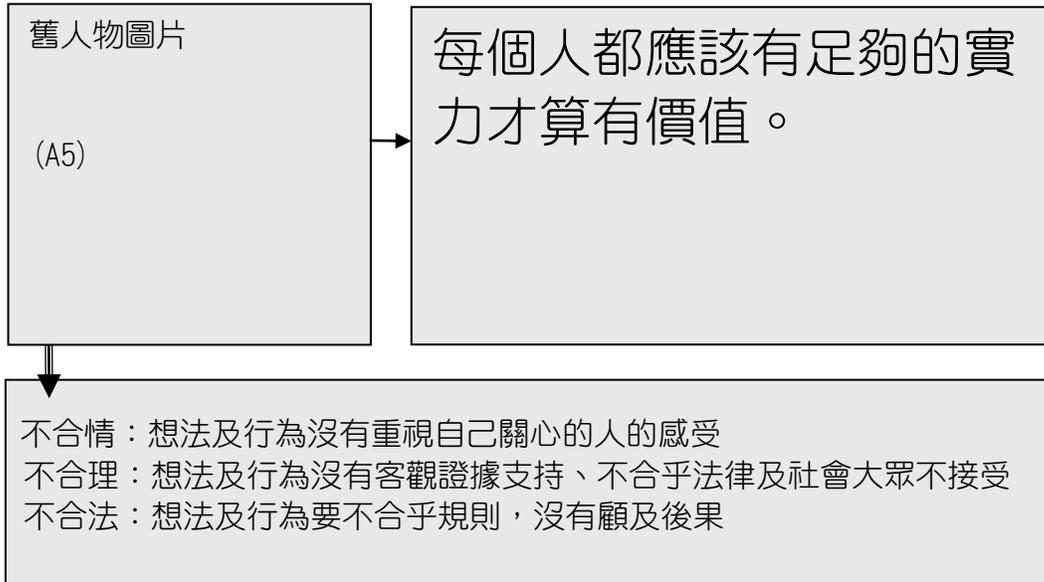
| | |
|----|---|
| | <p>3. 派發小禮物予積極回答的組員，並作出總結： 欣賞組員於小組內願意嘗試不同的活動，重申日後再次出現非理性想法的情況，是平常不過的事，並鼓勵組員可多提醒自己運用小組學習的知識，以助拆解負面想法，又可以小組成功經驗作範例，信任自己有能力作出改變，避免違規行為</p> |
| 物資 | 拉闊提醒咭(物資 8.1)、小禮物 |

| | |
|----|---|
| 活動 | 我的轉變 |
| 時間 | 40 分鐘 |
| 目的 | 協助組員檢視自己的進步，鞏固於小組內的正面經驗 提升組員自我欣賞及自我肯定的能力，建立正面思考，並學懂欣賞及鼓勵他人 |
| 程序 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員在「我的轉變」工作紙上填寫個人於小組後想法、行為及情緒上的正面改變 2. 派發組員於第一節小組填寫的「我的期望」工作紙，讓組員檢視及分享自己達到的期望及正面轉變 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 你觀察到自己於小組內有哪些想法、行為及情緒上的轉變？ • 你完成了哪些於第一節小組時所填寫的期望？ • 哪些轉變是你於第一節小組時沒預料到的？ • 你認為自己有甚麼優點值得欣賞？ • 你對未來的期望及目標是甚麼？ 3. 預備領袖抽籤咭，讓工作員及組員抽籤 4. 邀請抽中「領袖」咭的組員先作分享，揀選 2 位組員並讚賞他們值得欣賞之地方；其後再請其他組員揀選 1 位組員表達欣賞 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 對方在小組中的良好表現 • 對方的優點 • 最欣賞對方的地方 • 對方在小組中進步的表現 5. 總結及帶出訊息： 從小組中觀察到「操控型攻擊者」組員性格聰明及具領導潛能，因此，希望透過活動提升組員自我欣賞及自我肯定的能力，並嘗試欣賞及鼓勵他人，將才能發揮於正途方面，以減少違規行為 |
| 物資 | 「我的轉變」工作紙 (物資 8.2)、「我的期望」工作紙、領袖抽籤咭 (物資 8.3) |

| | |
|----|--|
| 活動 | 總結及嘉許 |
| 時間 | 15 分鐘 |
| 目的 | 總結八節小組內容，強化組員實踐合情合理合法新想法之決心 加強組員自我能力的認同，鼓勵組員將才能發揮於正途方面，鞏固「操控型攻擊者」成為領袖的信心 |
| 程序 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 總結八節小組的學習並派發領袖成績表 2. 讚賞組員於小組的進步，帶出小組訊息： 每個人都是有能力為自己作出改變，鼓勵組員日後繼續運用小組知識，避免重現非理性理法，並將其才能發揮於正途方面，減少欺凌及違規行為，成為一個真正的領袖 3. 頒發大獎予「獎勵表」上獲得最多貼紙的組員；其他表現良好的組員，亦得到其他禮物以作鼓勵 |
| 物資 | 領袖成績表（物資 8.3）、禮物 |

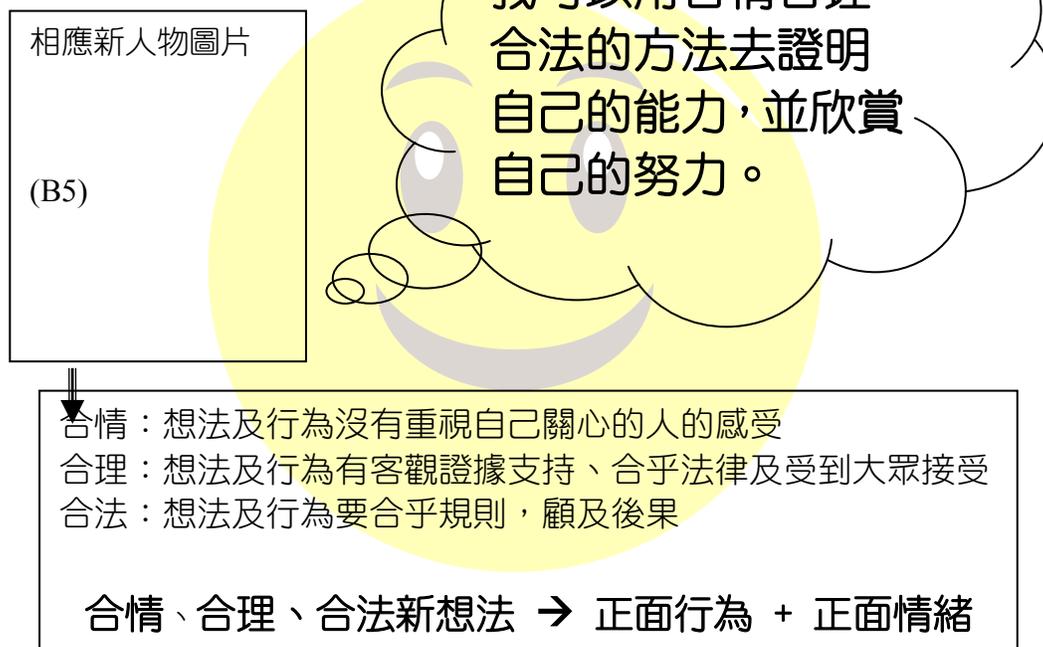
拉闊提醒卡 (範例)

正面



不合情、不合理、不合法舊想法 → 負面行為 + 負面情緒

背面



「我的轉變」工作紙

八節小組後，我的轉變：

想法方面：

情緒方面：

行為方面：

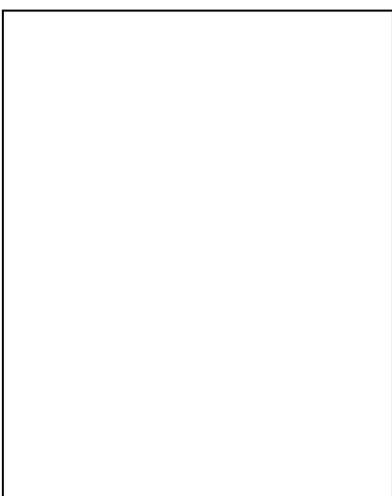
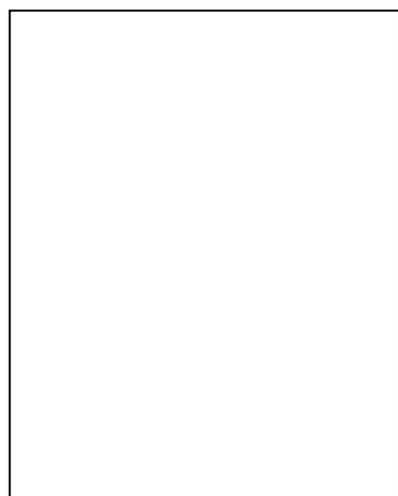
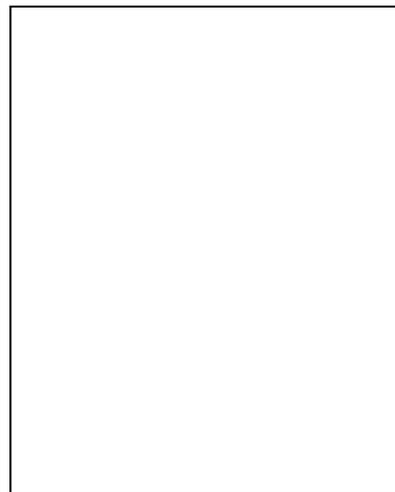
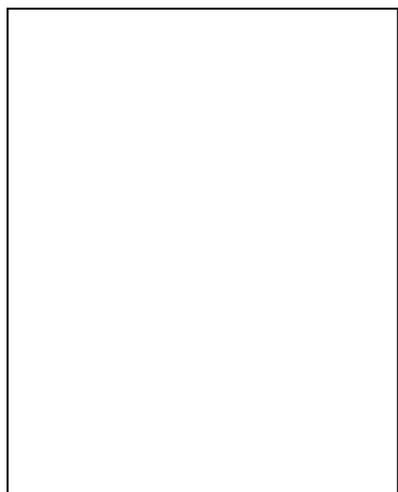


領袖抽籤咭 (抽籤之用)

領袖

領袖

領袖



領袖成績表



領袖姓名：_____

評分項目：

以五粒☆為最高

1. 投入分享



2. 尊重他人



3. 用心完成小組家課



4. 願意改變



5. 運用「合情、合理、合法」的想法



6. 實踐「合情、合理、合法」的行為



7. 能代入別人的角度及感受



評語：