社交生活

(第三/四學習階段)

**生活事件：面對朋輩壓力**

**學習目標：**

1. 幫助學生明白個人行為所帶來的後果，學習拒絕朋輩不良的要求和行為的技巧。
2. 學生能夠表達堅決的立場，拒絕不良的引誘。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **價值觀和態度:** | |  | 理性、堅毅、勇氣、愛惜自己 | |
|  |  |  | |
| **學習材料** | ： | 附件一：「請回想一下……」工作紙  附件二：「我該怎樣做？」情境卡  附件三：「拒絕妙法 - 面對朋輩壓力的技巧」工作紙  附件四：「做個精明抉擇者」參考資料 | |
|  |  |  | |

**教學步驟：**

|  |  |
| --- | --- |
| 步驟 (參考) | 學習重點 |
| **活動一：引起動機（5分鐘）**   1. 教師提問︰  * 在日常生活中，大家有沒有試過因朋友的壓力而做出一些自己不願意做的違反校規或違法行為？(學生自由作答) * 當時的情境是怎樣的？你有何感受？結果怎樣？(學生自由作答)  1. 著學生回想後，將事情及感受簡單記錄在工作紙上，並請他們安靜及不要偷看別人所寫的資料。(教師可選擇是否需要收回工作紙。)   註︰假如學生沒有這方面的個人經驗，那對象可改為學生所認識的同學或朋友的經驗。  **活動二：角色扮演 (30分鐘)**   1. 教師把全班學生分為5 - 6人一組，每組各抽取情境卡「我該怎樣做？」(附件二)，並按所抽取的情境【一/二/三】進行討論，然後把討論結果紀錄在表A/B/C。      1. 教師邀請不同組別以角色扮演的形式演繹討論結果。 2. 在每組演繹完畢後，教師可請其他同學給予回應或評價，教師在這階段不宜加任何意見及評價。教師可在活動三後，才給予意見和建議。   **活動三：認識拒絕的藝術 (20分鐘)**   1. 教師派發「拒絕妙法 - 面對朋輩壓力的技巧」工作紙 (附件三)，引導學生認識不同的拒絕技巧，並讓學生填寫「我的例子」一欄，加強學生對拒絕技巧的掌握。 2. 學生可嘗試把上述拒絕技巧運用於活動二的不同情境中，教師亦可於這階段給予意見和改善建議。   **教師總結：**   1. 朋友的不良引誘會令同學在友誼及道德原則之間徘徊和掙扎，但在明辨是非的原則下，同學凡事必須三思而後行，不要著眼於獲得的一時快感或物質享受，否則要為自己的行為付出沉重的代價。 2. 同學應謹慎擇友，常與良朋為伴，互相砥礪；決心遠離損友，勿令自己陷入引誘中。 3. 教師派發「做個精明抉擇者」（附件四），著學生在作任何決定前，必先緊記這些考慮因素，避免作錯影響一生的決定。 | 透過學生的日常生活經驗，聯繫教學主題。  透過模擬情境，讓學生設身處地思考當面對這些引誘時應持守的態度，並以積極的態度選擇處理的方法。  活動有助擴闊學生的思考領域，從而讓學生進一步認識拒絶的技巧，以免墮入不良的引誘或陷阱中。 |

**學生延展活動：**

學校或教師可舉辦廣播劇比賽，鼓勵學生參加。期望能藉比賽來鞏固學生以正面積極的態度來回應不良朋輩的引誘，並讓學生發揮創意，想出更多有效的「拒絕妙法」，以免墮入不良的引誘或陷阱中。

附件一

請回想一下.......

1. 在日常生活中，你有沒有試過因為朋友給你壓力，而令你在無法拒絶下，做出一些違反校規、不良嗜好或違法的行為？

1. a.當時的情境是怎樣的？

b.你有何感受？(如︰迷惘、擔憂、不願意接受、委屈、忿

怒、不被尊重、無奈、不受控制 ……)

c.結果怎樣？(如︰是否需要接受懲罰？是否需要承擔後

果？……)

備註︰假如你沒有這方面的個人經驗，那對象可改為你所認識的同學或朋友的經驗。

附件二

情境卡

我該怎樣做？？？

情境抉擇

阿玲剛與男友阿生分手了，感到復合無望。傷心的她於是找來好友阿芬陪她。阿芬提議約她們的朋友傑仔一起到卡拉OK，阿玲也想拋開愁緒，於是答應一起去。期間，傑仔慫恿阿玲試吃一種令人感覺興奮的藥丸，並對她說︰「放心！吃少少不會上癮的！」阿芬也說︰「我也吃過，放心！沒事的……鬆一鬆都好呀！」

**情境一**︰ **角色** - **阿玲、阿芬、傑仔**

**如果妳是阿玲，妳會試吃嗎？**

1

放學後，阿茵和琪琪、阿洪一起在天橋下閒聊。剛好大家都提及到在家中很不快，父母不是晚歸，便是在家中吵吵鬧鬧，琪琪也投訴父母偏心妹妹，只懂責備她成績欠佳。當大家都感到苦悶又無奈時，阿洪從書包裡拿出幾款電子煙遞給阿茵和琪琪，阿茵覺得很新奇，想也不想便試抽了！琪琪則有點猶豫……

**情境二**︰ **角色** - **琪琪、阿茵、阿洪**

**如果妳是琪琪，妳會試嗎？**

2

**情境三**︰ **角色 - 阿勇、明仔、阿強**

一天晚上，明仔、阿勇與阿強在學校附近的公園閑聊，阿勇突然提出「玩刺激一點」，阿強隨即附和，並提議到便利店高買！於是，阿勇主動當「下手」，並著明仔和阿強「把風」。阿強一口便答應了！但明仔不知怎算好，又怕同伴笑他膽小，如果這時離開，更怕會被他們責怪「無義氣」……

**如果你是明仔，你會答應當「把風」嗎？**

3

**紀錄表A**

**我該怎樣做？── 情境抉擇【情境一】**

|  |  |
| --- | --- |
| **情境︰** | **1** |
| **角色分配︰** | 阿玲 （ ） |
|  | 阿芬 （ ） |
|  | 傑仔 （ ） |
| **抉擇結果︰** |  |
| **對話記錄︰**( 請將重要的對話**重點**簡單記錄下來，如︰游說的重點/理由、拒絕的藉口/原因等) | |

**紀錄表B**

**我該怎樣做？── 情境抉擇【情境二】**

|  |  |
| --- | --- |
| **情境︰** | **2** |
| **角色分配︰** | 琪琪 （ ） |
|  | 阿茵 （ ） |
|  | 阿洪 （ ） |
| **抉擇結果︰** |  |
| **對話記錄︰**( 請將重要的對話**重點**簡單記錄下來，如︰游說的重點/理由、拒絕的藉口/原因等) | |

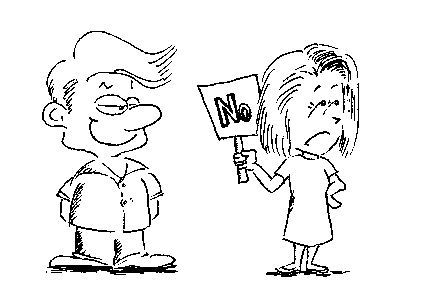
**紀錄表C**

**我該怎樣做？── 情境抉擇【情境三】**

|  |  |
| --- | --- |
| **情境︰** | **3** |
| **角色分配︰** | 明仔 （ ） |
|  | 阿勇 （ ） |
|  | 阿強 （ ） |
| **抉擇結果︰** |  |
| **對話記錄︰**( 請將重要的對話**重點**簡單記錄下來，如︰游說的重點/理由、拒絕的藉口/原因等) | |

附件三

拒絕妙法 – 面對朋輩壓力的技巧



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***拒絕妙法*** | ***例子*** | ***我的例子*** |
| 1 | 「直接說不」  (並有禮貌地解釋原因) | * 我唔會去睇，因為我唔想做不道德的事…… * 我唔會去做，因為我唔想做違反校規的事…… * 我唔會去做，因為我唔想做違背良心的事…… |  |
| 2 | 「當機立斷」  (儘快離開現場) | * 我先返屋企，有緊要事要做…… * 我趕時間…… * 總之我要走先…… |  |
| 3 | 「稱兄道弟」  (反客為主，給予對方壓力) | * 我唔會去做，係朋友既都唔想我俾爸爸駡…… * 我唔會去做，係朋友的話就唔會迫我…… * 我唔會去做，係朋友既就會尊重我的選擇。 |  |
| 4 | 「乘機轉題」  (轉換話題，分散注意力) | * 你估我昨天在球場遇到誰？ * 昨晚的電視很好看，你有無看…… * 我突然想起我應該學的手工藝 |  |
| 5 | 「共同進退」  (找另一朋友之名作支援) | * 我唔會去做，我D朋友都唔鐘意我…… * 我唔會去做，我同XX互相應承過大家唔會…… * 我唔會去做，我唔會違背我對朋友既承諾 |  |
| 6 | 「拋磚引玉」  (提供更好的建議) | * 我唔會去做，以你咁醒，有無其他好的提議呀？ * 我唔會去做，有時間不如一起去學攝影更好，還可以一技旁身呢！ * 我唔會去試，這些丸仔食壞腦的，不如去看球賽/電影不是更好嗎？ |  |
| 7 | 「跳線唱片」  (重覆立場) | * 對唔住，我唔會去做……我唔會去做，請不要再游說我了。 |  |
| 8 | 其他 (如有補充)︰ |  |  |

附件四



做個精明抉擇者

**作任何抉擇前，先考慮下列七個小貼士，便可幫助你避免作出錯誤的決定！**

1. **不要因為朋輩影響而妄下決定；**
2. **不要因一時好奇或貪玩而作抉擇；**
3. **抉擇會否觸犯校規 / 約章 / 法律條例等；**
4. **作抉擇前，必須想想 / 評估會出現的後果及風險；**
5. **想想自己的抉擇會否對自己或別人構成不便及影響；**
6. **會影響抉擇的參考資料是否可靠 / 準確；**
7. **作重要的抉擇時，嘗試諮詢父母 / 長輩 / 教師 / 社工的意見。**