

CURRICULUM OF
A CHINESE
P POSITIVE
YOUTH
D EVELOPMENT
P ROGRAM

主编/石丹理 韩晓燕 马庆强

青少年正面成长课程 I

预初分册

学林出版社

主编/石丹理 韩晓燕 马庆强

青少年正面成长课程 I

预初分册

学林出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年正面成长课程. 预初分册/石丹理, 韩晓燕,
马庆强主编. —上海: 学林出版社, 2010. 4

ISBN 978 - 7 - 5486 - 0005 - 3

I. ①青… II. ①石… ②韩… ③马… III. ①素质教育—初中—教学参考资料 IV. ①G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 063043 号

青少年正面成长课程



主 编—— 石丹理 韩晓燕 马庆强

责任编辑—— 曹维劲

特约编辑—— 邬晶菲 许琼英 张国伟

方 平 钱梦妮 包天虎

封面设计—— 范峤青

出 版—— 上海世纪出版股份有限公司

学林出版社(上海钦州南路 81 号 3 楼)

电话: 64515005 传真: 64515005

发 行—— 新华书店 上海发行所

学林图书发行部(上海钦州南路 81 号 1 楼)

电话: 64515012 传真: 64844088

印 刷—— 上海惠顿实业公司

开 本—— 787×1092 1/16

印 张—— 33.5

字 数—— 750 千

版 次—— 2010 年 4 月第 1 版

2010 年 4 月第 1 次印刷

印 数—— 1—2 000

书 号—— ISBN 978 - 7 - 5486 - 0005 - 3/G · 1

定 价—— 68.00 元(全三册)

主 编 的 话^{*}

香港理工大学应用社会科学系 石丹理

华东师范大学社会发展学院 韩晓燕

香港浸会大学教育学系 马庆强

青少年正处在急剧变化的社会环境中。研究青少年的文献反映了一些青少年的发展趋势和现象,例如吸食危害精神的毒品、心理失调、校园暴力、上网成瘾和家庭凝聚力下降等,实在值得我们担忧。然而,研究显示香港鲜有系统性及持续性的青少年正面发展计划。现存的类似计划,主要是处理个别的青少年问题及成长需要问题,偏向以处理青少年的不足为主导,亦缺乏系统和长期的计划评估。

为了促进青少年的全人发展,香港赛马会慈善信托基金于2005—2006学年开始拨款四亿港元,与研究小组、社会福利署及教育局(前为教育统筹局)协办为期四年的“共创成长路”——赛马会青少年培育计划。自2005—2006学年起,此计划已在全港二百多所中学推行,并于2006—2007学年开始推展至特殊学校,至今受惠学生人数达十多万人。研究小组由香港五所大学著名学者组成,以香港理工大学为首,过去数年已发展出一套以实证为本,持续及全面的青少年正面发展活动教材,并为此计划完成多项评估研究。至今,评估结果一致显示,不同的参与者(包括学生、老师及社工)均对本计划持有正面的观感,并认为第一层及第二层培育活动能促进参加者的正面成长。本计划在国际上亦备受肯定。由于此计划深获各方支持,计划成效亦得到多项评估研究的肯定,香港赛马会慈善信托基金决定于2008—2009学年计划完成后,再拨款3.5亿港元,推行另外一期(亦为最后一期)为期三年的“共创成长路”——赛马会青少年培育计划,让参与学校进一步巩固此计划的教学经验,并积极鼓励学校把第一层培育活动纳入初中学校课程内,以协助青少年健康成长(Shek, Ma & Merrick, 2007)。

在过去几年里,研究小组曾采用不同的研究方法评估计划的成效,详情如下:

1. 客观成效评估:从全面推行期2006—2007学年开始,一共有24所实验组学校及24所控制组学校参与小组随机抽样实验,以追踪计划的长期效果。第一年的研究结果指出,在参与课程后,实验组学生的正面成长水平比控制组学生高。前四期的追踪研究资料分析显示,实验组学生比控制组学生有较佳的成长。

2. 主观成效评估:每位参加者及工作员在每年课程完成后需分别填写一份主观成效评

* 本文所论及的“共创成长路”计划由香港赛马会慈善信托基金资助。

估表(表格 A 及表格 B)。整体的评估结果指出,不同的参与者均满意计划并认为计划能帮助学生成长。

3. 过程评估: 研究人员在随机抽样的学校进行系统性的课程观摩,以了解计划推行的细节。评估结果指出,导师授课的素质很高,他们根据《活动手册》的活动及程序授课的程度亦很高,平均大约高于 80%。

4. 中期评估: 通过随机抽样方法,大约半数学校参与中期评估。研究人员通过访问社工和老师,以了解计划的推行情况。评估结果显示,虽然部分导师认为计划在推行上有困难及有可改善之处,但大部分导师认同计划的成效及对学生带来的益处。

5. 质性评估(学生焦点小组): 研究小组随机抽取学校进行学生焦点小组面谈。结果显示,学生对计划存有正面的观感,他们认为计划对他们有帮助。

6. 质性评估(导师焦点小组): 研究小组随机抽取学校,进行导师焦点小组面谈。结果指出,导师对计划存有正面的观感,认为对学生有帮助,导师也提出可改善之处。

7. 质性评估(导师深入访谈): 与导师进行长期的深入访谈,以了解导师对计划的观感。初步分析结果指出,导师对计划存有正面的观感,认为计划对自己和学生都有帮助。

8. 质性评估(个案研究): 与学校进行个案研究,结果指出学校能成功地把计划融入学校课程,推行第一层培育活动。

9. 质性评估(学生记录): 获邀学生会定期反思参与第一层培育活动后的感想,以及如何将所学内容应用于日常生活中。初步分析结果指出,学生对计划存有正面的观感。

10. 质性评估(学生作品): 课程结束后,学生获邀完成一篇周记或画作,以总结他们的感受。周记的分析结果显示,学生对计划存有正面的观感,认为计划对他们有帮助。

11. “同行者计划”中收集的资料: 不记名的分析结果显示,学校推行计划的情况大致是正面的。

12. “个人构念”评估: 有关结果指出,参加者看参加计划前和后的“自己”有很大的区别,特别是参加计划后有显著成长。

整体而言,现存的评估结果一致显示,不同的参与者对本计划均持有正面的观感,亦认为第一层和第二层培育活动能促进参加者的正面成长。有关的评估结果已刊登在三本国际期刊的特别发行本(Shek, 2008; Shek & Ma, 2008; Shek, Ma & Merrick, 2008)及多篇文章内。有关本计划出版的教材、书籍及文章可参阅计划网页(<http://www.paths.hk>)。

虽然“共创成长路”计划在香港取得很好的成绩,我们仍然要问,此计划是否适用于香港以外的华人青少年? 因此,除了在香港,“共创成长路”亦计划在上海和澳门推行。以上海为例,“青少年正面成长计划”是在香港“共创成长路”——青少年培育计划基础上发展起来的具有浓厚本土特色的青少年发展项目,是由华东师范大学青少年与社会工作研究中心与上海市阳光社区青少年事务中心闵行区工作站联合进行的一项青少年发展项目。该项目提出了青少年正面成长所需要发展的八种关键能力: 与健康成人和益友的联系、社交能力、情绪表达与控制能力、认知能力、采取行动能力、分辨是非能力、自决能力和自我效能感。该项目从 2007 年 3 月到 2010 年历经了近三年时间。“青少年正面成长计划”通过体验式教学,在上海梅陇中学的“青少年正面成长”德育校本课程中成功地把“正面成长”的理念和手法引入

到社工实务中,通过培育青少年的不同能力,认同他们的能力,加强青少年与他人的联系及建立健康的信念和清晰的标准,以促进青少年的全人发展。

为了帮助国内学界和同工了解上海的经验,我们出版了这套《青少年正面成长课程》,一共三册。下面就三册课程的设计做一些说明:

(一) 课程介绍

本套课程设计分为七个篇章,包括导言篇、能力篇、情绪篇、人际篇、家庭凝聚篇、情怀篇和道德篇(见表一)。

表一：七个篇章

篇章	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称
	预初		初一		初二	
导言篇		介绍课				
能力篇	CC 1.1	大脑软件	CC 2.1	思维性格大揭秘	CC 3.1	真真假假
	SE 1.1	天生我才	CC 2.2	“创”世纪	CC 3.2	广告看真谛
	SE 1.2	我做不到	SE 2.1	学习全攻略	SE 3.1	谁是富翁?
	SE 1.4	我为我掌舵	SE 2.2	扭曲怪兽屋	PN 3.2	理直气壮?
			PN 2.3	瘦身面面观		
			PN 2.4	衡量天秤		
情绪篇	EC 1.1	情绪字典	EC 2.2	合情合理	EC 3.1	众“理”寻它
	EC 1.2	真情流露			EC 3.2	离开幽谷
人际篇	BO 2.1	亦师亦友	EC 2.1	知心人	BO 3.1	走出困惑,纯化友谊
	BO 2.2	性格的力量	EC 2.3	独力难“知”	BO 3.2	为你导航,正确交往
	BO 2.3	朋友交叉点	EC 2.4	理想对象	SC 3.4	一日有一记
	BO 2.4	结伴同行	BC 2.1	好心批评?	BC 3.1	快乐钥匙
	CC 1.2	网上情缘?	BC 2.2	歉意何处寻?	BC 3.2	宽恕与报复
	BC 1.1	为我好?	PN 2.2	子恩一年的新年	MC 3.2	强人是我?
	BC 1.2	如何启齿?			MC 3.3	友情密码

续表

篇章	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称
	预初		初一		初二	
家庭凝聚篇	SE 1.3	我值得赞赏	BO 2.1	后街第 13 座	SC 3.3	谁对谁错?
	PN 1.1	国有国法, 家有家规	BO 2.2	父母之命?		
情怀篇	SC 1.1	中国与我	SC 2.1	都是中国人	SC 3.1	“她”来自中国
	SC 1.2	同心耀浦江	SC 2.2	职业狂想曲	SC 3.2	上海与世界
	PN 1.2	入乡随俗	PN 2.1	不一样的责任	SE 3.2	理想发电站
道德篇	MC 1.1	谁可先上车?	MC 2.1	餐厅的一角	MC 3.1	现实与理想
	MC 1.2	同一车厢内	MC 2.2	让位奇兵	MC 3.4	密码风云
					PN 3.1	谁可决定?

(二) 课程安排

整体课程(如表二所示)包含了八个核心概念架构, 这些是国内外成功的青少年正面发展计划中所涵盖的关键能力。

表二: 课程设置

概念架构	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称	课程编号	单元名称
	预初		初一		初二	
与健康成人和益友的联系 (BO)	BO 2.1	亦师亦友	BO 2.1	后街第 13 座	BO 3.1	走出困惑, 纯化友谊
	BO 2.2	性格的力量	BO 2.2	父母之命?	BO 3.2	为你导航, 正确交往
	BO 2.3	朋友交叉点				
	BO 2.4	结伴同行				

续表

概念 架构	课程 编号	单元名称	课程 编号	单元名称	课程 编号	单元名称
	预初		初一		初二	
社交能力(SC)	SC 1.1	中国与我	SC 2.1	都是中国人	SC 3.1	“她”来自中国
	SC 1.2	同心耀浦江	SC 2.2	职业狂想曲	SC 3.2	上海与世界
					SC 3.3	谁对谁错?
					SC 3.4	一日有一记
情绪控制和表达能力(EC)	EC 1.1	情绪字典	EC 2.1	知心人	EC 3.1	众“理”寻它
	EC 1.2	真情流露	EC 2.2	合情合理	EC 3.2	离开幽谷
			EC 2.3	独力难“知”		
			EC 2.4	理想对象		
认知能力(CC)	CC 1.1	大脑软件	CC 2.1	思维性格大揭秘	CC 3.1	真真假假
	CC 1.2	网上情缘?	CC 2.2	“创”世纪	CC 3.2	广告看真谛
采取行动能力(BC)	BC 1.1	为我好?	BC 2.1	好心批评	BC 3.1	快乐钥匙
	BC 1.2	如何启齿?	BC 2.2	歉意何处寻	BC 3.2	宽恕与报复
分辨是非能力(MC)	MC 1.1	谁可先上车?	MC 2.1	餐厅的一角	MC 3.1	现实与理想
	MC 1.2	同一车厢内	MC 2.2	让位奇兵	MC 3.2	强人是我?
					MC 3.3	友情密码
					MC 3.4	密码风云
自我效能感(SE)	SE 1.1	天生我才	SE 2.1	学习全攻略	SE 3.1	谁是富翁?
	SE 1.2	我做得到	SE 2.2	扭曲怪兽屋	SE 3.2	理想发电站
	SE 1.3	我值得赞赏				
	SE 1.4	我为我掌舵				

续表

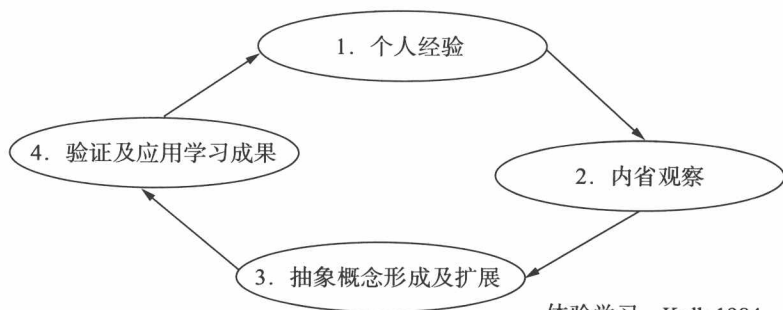
概念 架构	课程 编号	单元名称	课程 编号	单元名称	课程 编号	单元名称
	预初		初一		初二	
亲社会 规范 (PN)	PN 1.1	国有国法,家有 家规	PN 2.1	不一样的责任	PN 3.1	谁可决定?
	PN 1.2	入乡随俗	PN 2.2	子恩一家的新年	PN 3.2	理直气壮?
			PN 2.3	瘦身面面观		
			PN 2.4	衡量天秤		

(三) 课程模式

整套课程采用 40 分钟为一课时,这样可以较好地配合学校的教学实践,以便更好地适应在教室内进行授课的方式。同时,整套课程平均分布在整个学年,这样更便于学生循序渐进学习,有效吸收。

在整个课程开始和末尾,单独设有“介绍课”(预初年级第一学期开始进行)和“总结课”(例如,可以小品的形式呈现)。“介绍课”为了介绍计划及安排相关事宜,也便于教师与学生建立初步联系。“总结课”是对整个计划进行回顾及评估。在每一单元的能力学习课程结束后,都需要加上一节“巩固课”,以便学生反思学习经验,强化所学的知识。“介绍课”、“巩固课”和“总结课”各占 40 分钟,导师根据需要可延长至一小时。

(四) 课程特色



体验学习: Kolb, 1984

本计划采用体验式学习。一般来说,当我们谈到在青少年正面发展过程中应用“体验学习”时,都是指从建构和反省的角度来看学习。从这个角度看学习有以下几个特点:

- 焦点和重心: 认同人能构建意义及通过体验产生知识。
- 解释学习的概念: 知觉、记忆、信念和分析的过程及结构。
- 对知识的观点: 知识是一些心智(individual mind)的概念,而这些概念可以被表达和转移到新的情境。

- 学习者与学习目标和范畴的关系：学习者可自由选取学习目标，通过发问及体验学习。
- 导师的角色：鼓励学生的反省过程，并挑战个人的假设。

体验学习是一个全面的学习模式(如上图所示)。在课程中，教师单向灌输的部分只占很少的比重。每个单元所包括的活动均以学生亲身参与、体验、思考、与老师及同学产生互动继而获得学习成果为主，以实现让学生通过这些体验及思考，朝着正面的方向发展。

(五) 课程总目标

整套课程的总目标是期望学生参加后能够达到 7 个 C：

- (1) 确定自我并提升心理素质(CCHARACTER)；
- (2) 培养自决、自我效能、抗逆能力和积极面对未来的信念(CONFIDENCE)；
- (3) 加强与健康成人的联系(CONNECTION)；
- (4) 提升社交、情绪管理、认知、采取行动和分辨是非的能力(COMPETENCE)；
- (5) 建立对他人的同情和爱护(COMPASSION)；
- (6) 提升参与、关怀社区的能力(CARING)；
- (7) 培养贡献社会的责任感(CONTRIBUTION)。

本课程手册系列有以下特点：

第一，首创性。本活动手册是在华人社会里第一个系统全面的青少年正面发展计划——香港“共创成长路”计划的基础上，经过上海三年的本土化教学磨合而成的，在中国大陆具有首创性。

第二，系统性。本活动教材是在系统梳理国内外有关青少年发展的理论和研究基础上依据当代中国青少年的特点设计的，目标在于培养青少年正面成长的十五种核心能力(关于十五种能力的理论基础和概念架构请参考《“共创成长路”青少年培育计划概念及课程设计手册》，学林出版社 2007 年)。

第三，全面性。本套活动课程的每个单元设计力求全面合理，主要由理念、课程概览、活动程序、教学建议、延伸活动建议、附件等部分组成，以期达到综合全面地培育青少年正面能力的目标。

第四，体验性。本套教材注重导师和青少年的共同体验，所有的环节都是在体验的基础上通过导师引导和总结完成，充分体现青少年正面能力培养过程中的主体性和主动性，并鼓励学生把课程中学习到的体验运用到实际生活中去，真正提升学生的正面能力。

第五，灵活性。本活动教材也注重体现内容和形式的多样性和灵活性，有很多环节的设计是指引式和提示式的，旨在充分发挥导师和学生的此时此地特点，真正体现“人在情景中”的理念。

这个课程不单是概念化的，它在上海经过三年的试验。从不同的参与者观感中，此计划对不同参与者有莫大帮助(石丹理、韩晓燕、马庆强，2009)。本课程手册详细地描述了“共创成长路”计划的构念及教学单元，帮助同工了解课程内容及推行时要注意的地方。由于在华人社会中有关的课程手册并不多，本课程手册系列的资料对于提升“以实证为本”的青少年服务极有帮助。

“共创成长路”计划得以推行,及本课程手册系列得以出版,实在有赖香港赛马会慈善信托基金的鼎力支持。所以,我们必须在这里向基金致谢。此外,我们也感谢有关同工在上海推行此项目。我们盼望这套手册能帮助同工充分了解此计划的课程内容及推行要点。

因受篇幅等方面的限制,本课程手册的一些附件和成长拼图未能刊印在书中,我们把有关资料放置在“青少年正面成长”项目的网站里,敬请参见 <http://www.csasw.org>。

本课程活动手册适合关心青少年正面成长的所有人士使用,包括青少年专家、教育工作者、政策制定者、社工、老师、家长和青少年等。

本册为整套课程的第一本,即青少年正面成长预初年级课程。

目 录

主编的话	1
介绍课	1
构念一 与健康成人和益友的联系 Bonding(BO)	4
BO 1.1 亦师亦友	6
BO 1.2 性格的力量	12
BO 1.3 朋友交叉点	22
BO 1.4 结伴同行	27
构念二 社交能力 Social Competence(SC)	33
SC 1.1 中国与我	35
SC 1.2 同心耀浦江	40
构念三 情绪控制和表达能力 Emotional Competence(EC)	44
EC 1.1 情绪字典	46
EC 1.2 真情流露	54
构念四 认知能力 Cognitive Competence(CC)	59
CC 1.1 大脑软件	61
CC 1.2 网上情缘?	70
构念五 采取行动能力 Behavioral Competence(BC)	77
BC 1.1 为我好?	79
BC 1.2 如何启齿?	85
构念六 分辨是非能力 Moral Competence(MC)	95
MC 1.1 谁可先上车?	97
MC 1.2 同一车厢内	103
构念七 自我效能感 Self-efficiency(SE)	114
SE 1.1 天生我才	116
SE 1.2 我做得到	122
SE 1.3 我值得赞赏	126
SE 1.4 我为我掌舵	130
构念八 亲社会规范 Prosocial Norms(PN)	137
PN 1.1 国有国法,家有家规	139
PN 1.2 入乡随俗	144
参考文献	150
致谢	154

介 绍 课

对象：预初学生

目的：让学生对“青少年正面成长计划”有初步的认识，提升他们对课堂的参与程度。

活动程序(40 分钟)

活 动	步 骤	时间
I. 认识导师及计划简介	目的：让学生了解此计划的基本资料并认识导师 1. 导师自我介绍，让学生对导师有初步的认识。 2. 导师介绍计划的基本资料，包括： (1) 计划的背景； (2) 课程的重点和内容； (3) 课程的时间表； (4) 活动模式(例如：小组形式)。	8 分钟
II. 学生自我介绍	目的：增加导师对学生的认识 学生自我介绍(形式由导师自行决定)，通过收集学生的基本资料，导师可初步认识他们。(采用形式：导师把事先准备好的粘性便条纸，分发给每一位同学，让同学把自己的昵称用笔写上后，粘在自己的胸前或身上醒目的地方，然后依次介绍自己。)	10 分钟
III. 分组	目的：让学生知道不同的分组模式，方便日后课堂进行小组活动 1. 解释不同的分组方式，并指导他们进行分组。 2. 分组方式如下： (1) 4 个小组：把学生分成 8 人左右一组，建议导师先为他们设定小组号码(1~4)，让学生知道自己属于哪一小组，并选出每组的组长。 报数抱人游戏——导师口中报一个数，此数字就是班级小组的个数，同学们在听到数字后就按照这个数字抱在一起，抱住的人数必须与导师口中的	10 分钟

续表

活 动	步 骤	时间
	数字相符,否则就输了。多余或缺少人数的组,由导师再分配,游戏结束时同时完成分组。 (2) 4 个大组: 把学生分成 4 个大组,不需移动桌椅,把教室的座位分为 4 个区域(田字型划分)。日后不论座位是否调动,也是根据当时座位情况分组。 (3) 2 个大组: 把学生分成 2 个大组,不需移动桌椅,把教室的座位分为左右两个区域。 (4) 2 人小组: 把学生分为 2 人一组,可与邻座同学配对。 3. 导师与学生一起为日后课堂内的分组定下时间限制,例如: 在导师完成数数(如 1~20)前,学生要完成自行分组。 4. 导师请学生为所属 8 人小组命名,创作口号,并用组员的相片制作一份小组档案(可于下一节课交),借此提升小组士气和方便小组活动。 5. 导师与学生共同订立一些行为规则,如拍手、点头等,表示鼓励或欣赏小组或个人的表现,从而激励士气,提升参与气氛。	
IV. 期望分享	目的: 导师和学生表达对此课的期望,让学生和导师明白彼此的要求,作好准备 1. 导师向学生提出对这门课的期望,并请学生一起制定课堂规则,内容建议: (1) 课堂应有的秩序; (2) 参与课堂应有的态度; (3) 与组员和导师应如何合作等。 2. 导师可与学生一起设立奖项,如“最佳个人表现奖”、“最合拍小组奖”等,在课程期末总结时颁发。 3. 学生用硬纸卡制作“期望卡”,写下对本课程的期望,内容建议: (1) 期望学到或体验到什么; (2) 期望自己与组员和导师的关系; (3) 期望自己以什么态度参与课堂。 4. 学生完成后交给导师,在课程期末总结时检查并反思是否达成期望。	10 分钟
V. 总结	1. 导师总结这堂课的目的。 2. 鼓励学生以积极投入的态度参与此计划。	2 分钟



教学建议

1. 学生自我介绍——假如每位学生都作详细的自我介绍,10 分钟未必够。因此,导师可根据需要,把 40 分钟的介绍课延长至 1 小时。
2. 分组——本课程假设每班为 40 人,建议把学生分成 8 组,每组 5~6 人,以方便小组活动。因每班人数不同,导师可根据情况减少小组,但不能少于活动设计所需的数目。

与健康成人和益友的联系 Bonding(BO)

作者/李德仁、尹竞风

改编/韩晓燕、王丹丹

理念

人际联系是个人对周围人的依附感和归属感(Catalano, Haggerty, Oesterle, Fleming & Hawkins, 2004)。文献指出人由出生开始便经历不同类型的人际联系(Ainsworth, 1991),例如,与父母、兄弟姐妹、同学、朋友及老师的联系等。研究亦指出,如果青少年能与以上这些人维持良好的联系,他们就会有较好的自我形象、自信心、解决问题的能力,以及人际沟通技巧等(Howes & Aikins, 2002)。

然而,随着社会的发展,人与人之间的关系渐渐变得疏离,如果青少年没有较好的成长环境,他们就可能做出各种不为社会接受的行为。俗话说“近朱者赤、近墨者黑”,因此,在中学时期协助处于成长阶段的学生与周围健康成人及朋友建立良好的人际关系是特别重要的。

有文献指出,随着青少年的成长和入学,与导师和同学建立亲密的联系可提高他们的自信心以及对学校的投入感(Noller, Feeney & Peterson, 2001),而“信任”则是建立人际关系的过程中不可缺少的元素(Berndt, 2002, 2004)。此外,帮助青少年掌握选择益友的标准也是非常重要的。

在预初的教材中,“与健康成人和益友的联系”共有四个单元,目的是建立学生与导师和益友的关系,让他们彼此信任。单元BO 1.1着重建立导师与学生之间的关系,协助学生投入参与此计划。BO 1.2着重提升学生对自我性格的认识,并探讨其对人际关系的影响。BO 1.3着重教导学生分辨益友和损友以及拒绝不良影响的方法,鼓励学生选择和建立健康的朋友关系。单元BO 1.4的重心为建立学生之间的信任,期望学生能把课堂内体验到的信任关系带到日常生活中去,从而建立更好的朋辈关系。其他建立人际关系的关键因素,如互相帮助及自我披露等(Berndt, 2002)将在“亲社会规范”、“社交能力”及“情绪控制和情绪表达能力”等课程中得以展开。



课程概览

单 元	单 元 目 的	教 学 目 标
亦师亦友 (BO 1. 1) (40 分钟)	建立导师与学生以及同学之间的关系,使学生投入参与此计划。	(1) 认识导师; (2) 了解师长朋友的支持在成长过程中的重要性; (3) 至少对三位不熟悉的同学加深认识,或者认识三位新同学。
性格的力量 (BO 1. 2) (40 分钟)	提升学生对自我性格的认识,探讨性格对人际关系的影响。	(1) 了解三种不同类型的性格; (2) 明白性格对人际关系的影响。
朋友交叉点 (BO 1. 3) (40 分钟)	教导学生分辨益友和损友,掌握拒绝诱惑的方法,鼓励学生选择益友,建立健康的关系。	(1) 分辨“益友”与“损友”的决定因素; (2) 掌握向诱惑说“不”的原则和方法。
结伴同行 (BO 1. 4) (40 分钟)	建立学生之间互相信任的友谊。	(1) 明白朋友间互相信任的重要性; (2) 掌握与同学建立并巩固互相信任关系的方法。