

有教無「戾」－校園欺「零」計畫

攻擊型受害者小組

節數：第十節

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. 強化組員的理性想法及我訊息自表技巧的運用。
 3. 鞏固成功經驗，加強持續改善的信心。

活動	家課分享 —— 「我訊息」
時間	20 分鐘
理念	透過運用「我訊息」的成功經驗，強化組員的理性想法，協助組員面對與人相處的困難。
目的	1. 強化及鞏固我訊息自表技巧的運用。
程序	1. 組員分享家課的內容：「我訊息」。 分享重點： <ul style="list-style-type: none">• 在行為練習中的經驗，包括嘗試經驗後的體會及遇到的困難
物資	「我訊息」工作紙、禮物、後備家課

活動	「拉闊提醒你」
時間	15 分鐘
理念	透過重溫小組學習過的知識，鞏固組員的小組經驗，預防組員於小組完結後出現非理性想法及攻擊行為。另外，工作員會按照組員的想法，填寫一張提醒咭給組員，若組員重現非理性想法及攻擊行為時，可作鼓勵及提醒。
目的	1. 預防組員舊有的非理性想法日後重現 (relapse prevention)。 2. 強化及鞏固組員的理性想法。
程序	1. 工作員以獎勵的形式重溫小組學習過的知識，讓組員了解當自己日後再面對非理性想法時可以如何應付。 2. 工作員介紹及派發拉闊提醒咭，提醒組員將提醒咭放在當眼的位置，如錢包。
物資	拉闊提醒咭 (物資 1.1)

活動	「新造的我」
時間	25 分鐘
理念	經過十節的小組活動，組員檢視自己的正面轉變，鞏固小組的經驗，以新角度成為領袖。

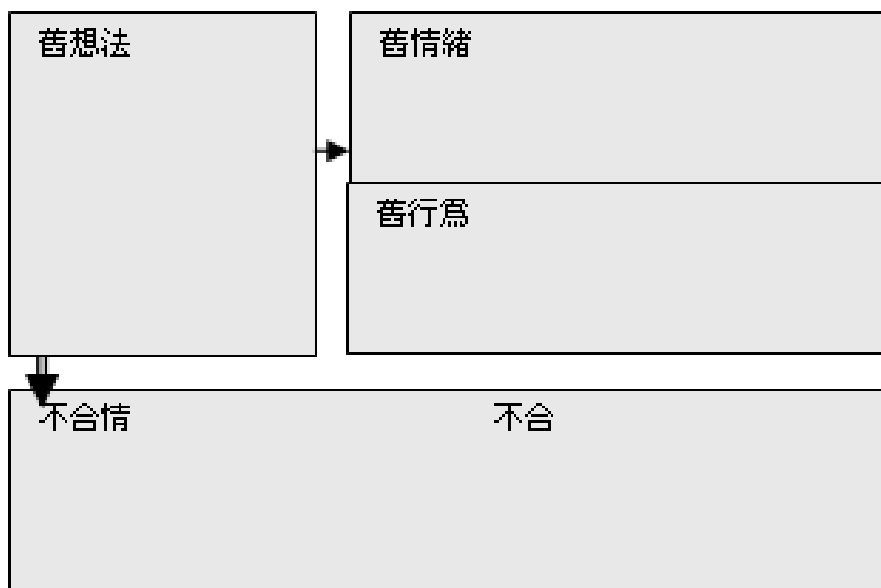
目的	1. 檢視組員的正面轉變。 2. 提升組員的自我欣賞。
程序	1. 工作人員預備第一節的期望紙，組員再次檢視自己認為在小組達到的期望。 2. 每個組員被獲派一個顏色貼紙代表自己，組員要將貼紙貼在認為在小組達到的期望紙旁邊。 3. 工作人員把下列的分享題目剪成紙條讓組員抽出作為分享： <ul style="list-style-type: none"> • 最有用的期望 • 最喜歡達到的期望 • 最能幫助到自己的期望 • 最意義重大的期望 • 最影響自己的期望 • 達到後最開心的期望 • 達到後最想在這裏分享的期望
物資	期望紙（請參考第一節）、分享題目紙條

活動	「話事 King」
時間	20 分鐘
理念	除了檢視自己的正面轉變外，組員要建立正面的思考，學懂欣賞及鼓勵他人，培養關愛的文化。
目的	1. 建立正面的思考，懂得欣賞及鼓勵他人。
程序	1. 工作人員預備撲克牌 1-9 號及 King 讓工作人員及組員抽牌子。 2. 抽中 King 的人能「話事」（作主），並吩咐 1-9 號其中二人作以下的分享： <ul style="list-style-type: none"> • 小組其中一個良好的表現 • 對方的優點 • 最欣賞對方的地方 • 在小組中深刻的地方 • 在小組有進步的地方
物資	撲克牌 1-9 號及 King

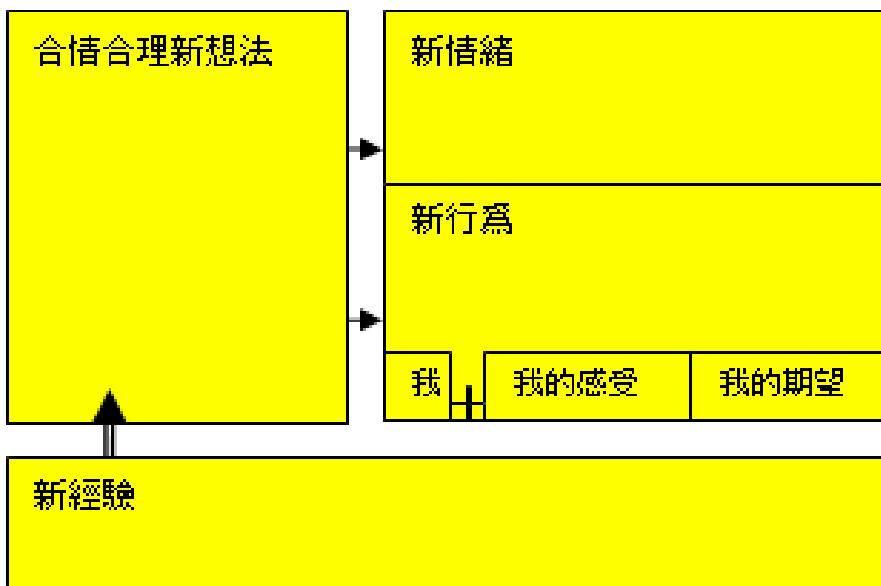
活動	總結及嘉許
時間	10 分鐘
目的	1. 總結小組內容。 2. 加強組員之個人成就感。
程序	1. 工作人員總結十節的小組經驗，並派發領袖成績表。
物資	領袖成績表(物資 1.2)、禮物

拉闊提醒咭

背面



正面



領袖成績表



【拉闊天空】領袖成績表

領袖： _____

評分項目：

1. 主動分享
2. 鼓勵他人
3. 用心做家課
4. 願意改變
5. 運用合情合理的想法
6. 實行合情合理的行為
7. 能使用我訊息表達自己的感受和期望

(☆ = 欣賞指數)



評語：