

## 退縮型受害者

### 壓力情境處理

指示：

以下係一啲人平時可能遇到既處境同埋一啲普遍對嗰啲處境作出既反應。當你聽到每個情節既時候嘗試想像一下你自己身處嗰個情境。我會問你一啲問題，請你講出你對嗰個情境作出既反應。

[附圖未能轉載]

情境一：假設你在操場上跟另一同學在玩球，你首先將個波拋俾佢，然後轉身。誰知在你轉身後，佢將個波拋中你背部正中間。個波打到你好痛好痛！

問題 a) 你覺得佢點解會拋中個波嚮你背脊呢？

問題 b) 發生呢件事之後你會點做？

問題 c) 有乜野原因令你會咁樣做？

情境二：假設有幾個同學在操場上玩緊，你好想參與，於是走向其中一個人，問可唔可以受理你玩，但佢拒絕你。

問題 a) 你覺得佢點解會拒絕你呢？

問題 b) 發生呢件事之後你會點做？

問題 c) 有乜野原因令你會咁樣做？

情境三：假設今日你好開心咁著住對你好鐘意既新鞋返學。突然間有一個同學從後面撞向你，你失平衡差左落泥潭，你隻對新鞋佈滿泥斑。

問題 a) 你覺得佢點解會撞向你呢？

問題 b) 發生呢件事之後你會點做？

問題 c) 有乜野原因令你會咁樣做？

情境四：假設今日你第一次參加一個學會或一項課外活動，你好想同其他人做朋友，你走埋去同佢地打招呼，但係佢地完全無反應。

問題 a) 你覺得佢點解會完全無反應呢？

問題 b) 發生呢件事之後你會點做？

問題 c) 有乜野原因令你會咁樣做？