

那些年.....

記得當時年紀小



阿哇 AWa

阿咧 ALei

阿樂 ARoe

阿星 AShin

阿園 AYuan

你喜歡自己嗎？
DO YOU LIKE YOURSELF?



你喜歡自己嗎？
DO YOU LIKE YOURSELF?



你喜歡自己的「外在」嗎？

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WHY?

你喜歡自己的「內在」嗎？

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WHY?

你喜歡自己嗎？
DO YOU LIKE YOURSELF?



請從「特質卡」中

選2個你最喜歡自己的特質？

選2個你不喜歡自己的特質？

WHY?

你喜歡自己嗎？
DO YOU LIKE YOURSELF?



每個人都有外、內在的特質，
這些**內在與外在的差異**，使我們成為「**獨一無二的人**」！

應該**認識與欣賞**自己的特質，
並**好好發展**我們擁有的特質，
活出「**獨一無二的生命**」！



11:55 AM



NEWS

短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



那些年.....

記得當時年紀小



那些年.....

記得當時年紀小

被欺負的感受與反應？

- 小漢理如何被欺負呢？
- 小漢理被欺負後的感受與反應？

你們知道嗎？他會跟女生玩家家酒耶！



短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



那些年.....

記得當時年紀小

小漢理為什麼被欺負呢？



興趣

特質

小漢理因為
什麼特質
被欺負呢？



短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



那些年.....

記得當時年紀小

生活中還有哪些特質
容易被欺負呢？



我們的故事

短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



那些年.....

記得當時年紀小

特質有一體的兩面

發揮特質的正向影響

我們要發揮
特質的正向部份！



短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



那些年.....

記得當時年紀小

減緩特質的 負向影響



加強特質中的 正面積極面



削弱特質中的 負面消極面



發揮特質的正向影響



短片欣賞
DO YOU LIKE YOURSELF?



特質不需要性別化

不同的性別
其實可以有
相同的特質



特質不需要性別化



相同的性別
也可以有



不同的特質



用正向的眼光 看待自己與別人的特質



學習欣賞自己的特質

學習尊重別人的特質



最佳「特質」表現！



不同事件 或 關鍵時刻

我們可以展現出

「最佳的特質表現！」



...

11:55 AM



NEWS

在生活中，你可以...

做起事來

細心完美

1 2 3 4 5

大而化之

說起話來

輕聲細語

1 2 3 4 5

聲如洪鐘

跟人相處

害羞靦腆

1 2 3 4 5

落落大方





展現最正的自己!

特質/興趣不需性別化

不因特質/興趣懷疑性別



展現最正的自己!

作一個擁有豐富內涵
展現多元特質的人

我們都是特質的主人

認識 接納 自我特質!

培養 展現 最佳特質!



你有哪些不符合
性別刻板印象的特質嗎？

如何面對與看待
與刻板印象不符合的人？

課後思考

