

財團法人台北市基督教勵友中心活動計劃方案表

教案編號	自—001				
活動類別	認識自己	適用對象	青少年	活動人數	10-15 人
活動名稱	相見歡	活動地點	室內	所需時間	50 分鐘
智慧箴言	分享的快樂是加倍的多，分擔的愁苦是格外的輕				
活動目標	1. 說明團體目標及訂定團體規範 2. 彼此認識				
步	驟	時	間	配 合 器 材	
<p>一、 猜猜我是誰</p> <p>(1) 每個成員自我介紹</p> <p>(2) 由 leader 事先準備好的橘子讓每個成員自由挑選，成員挑選出來之後，不可以作任何記號，只能以觀察的方式記住自己的橘子有什麼特色。成員自己觀察之後，再找另一位成員介紹自己的橘子有什麼特色(例如：顏色、大小、表皮粗細等)。</p> <p>(3) leader 將橘子收回，混合之後再放回桌上，再請成員將自己的橘子拿回。leader 請成員認出並拿回自己的橘子，引導成員討論：</p> <p>(a) 每個人是否都可拿回自己的橘子?為什麼?</p>		10'	20'	橘子	
		10'			
		10'			
<p>二、 活動結論：</p> <p>每個橘子都是一個特別的創造。每個人也都是獨一無二的創造。未來的十次活動將幫助大家嚐試去認識我們每個人的獨特之處。</p>					
<p>三、 討論並訂定團體規範</p> <p>由成員共同討論在往後團體進行中，團體成員彼此共同要遵守之規範。並且把討論出來的規範寫下。</p>					
<p>四、 家庭作業</p>					

leader 請每個成員於下次活動時，預備一張小時候的照片，並帶來交給 leader。		
<b>備註(檢討與建議)</b> 1.如果有成員無法認出自己的橘子，請 leader 引導成員再觀察橘子並重新進行一次。 2. leader 可以使用任何一個自然未經加工的材料替代橘子(例如:葉子、小蕃茄等)。		

財團法人台北市基督教勵友中心活動計劃方案表

教案編號	自—002				
活動類別	認識自己	適用對象	青少年	活動人數	10-15 人
活動名稱	Yes or No	活動地點	室內	所需時間	50 分鐘
智慧箴言	我是特別且獨一無二的				
活動目標	1. 增進團體凝聚力 2. 了解生活中有那些人會影響到我們對自己的看法(自我概念的形成)				
步		驟	時	間	配 合 器 材
一、 Yes or No 1. 先請一位成員離開團體。 2. 其餘的成員共同決定一個物品(例如:書桌、太陽、西瓜、日光燈....等) 3. 請離開團體的成員回來, 由這位成員發問, 無論問什麼問題, 其它的成員只能回答:「是」或「不是」。(例如:這東西是不是吃的? 或是:這東西是不是放在教室?)成員由其它人的答案來猜出謎底。活動可以進行數回, 每次可邀請不同的成員猜題。			20'		雙面膠及空白小紙卡
二、 找找我自己 1. leader 將備妥的空白紙片(背面貼上雙面膠)發每個人, 一人一張, 每個成員寫上自己的名字。寫好後收回給 leader, leader 將收回之姓名卡充分混合, 再讓成員一人抽一張, 並要求成員無論抽到的是誰的姓名卡, 都不能告訴別人。每個成員再把抽到的姓名卡貼在右邊成員的背上, 且絕不能告訴右邊成員他背後貼的是誰的名字。			20'		
2. 現在, 每個人都變成自己後背所貼上的那個人, 每個人必須透過別人來猜出「我」(指背上貼的那個名字)是誰。每個人只能問別人「我是不是....」或「我有沒有....」。例如:「我有沒有戴眼鏡?」「我是不是穿球鞋?」。而回答的人也只能回答「是」或「不是」, 「有」或「沒有」, 每個人透過發問來蒐集資			10'		

料並猜出「我」是誰。

三、活動結論：

在剛才的活動中，我們是透過不同的線索來找到答案。我們每個人也常常透過身邊不同的人來認識及瞭解我們自己。往後幾次的活動我們將要試著去探索我們身旁不同的人，包括父母、老師、朋友是如何形容我們，同時我們也要問問自己，在自己的心目中，自己又是如何看自己呢？

備註(檢討與建議)