

肯定之言

姓名 _____

班別 _____

()

日期 _____



你喜歡聽到怎樣的「肯定之言」？寫下五個例子。

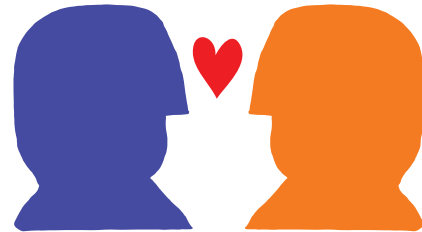
Speech bubble for writing an example of affirming words.

Speech bubble for writing an example of affirming words.

Speech bubble for writing an example of affirming words.

Speech bubble for writing an example of affirming words.

Speech bubble for writing an example of affirming words.



你欣賞鄰座同學的甚麼地方？寫下三個他的優點，並輔以例子說明。



Text area for writing the first student's strengths and examples.



Text area for writing the second student's strengths and examples.

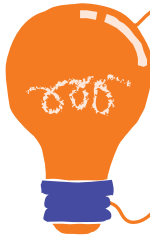


Text area for writing the third student's strengths and examples.



鄰座同學讚賞你時，你的即時感受是怎樣的？圈起你的答案（可多於一項）。

喜悅	感動	不知所措	壓力	尷尬
自豪	懷疑	不安	害羞	警惕
自己不配	困惑	感謝	淡然	平靜



你覺得自己為何會有這種反應？
當你稱讚別人時，你又希望對方如何回應？



下次別人讚賞你時，你會試試怎樣回應？寫下你的答案，你可以輔以例子說明。



小目標

在未來一個月，每天至少真誠地讚美一個人及自己。