

通往「理想我」的路上——愛蓮說X校園目擊者

姓名：

一、發現身邊那朵蓮：

周敦頤在〈愛蓮說〉中，以蓮花為喻，提出一名「君子」應展現的理想人格特質。請根據原文文意，填入相應的代號，再想一想，這些特質的言行表現，有哪些日常校園生活事例可相互呼應呢？

人格特質代號：

- A.行為正直，不攀附關係 B.潔身自愛，不同流合汙 C.品格清高，不媚世隨俗
D.受人敬仰，不被隨意對待 E.聲名遠播，品德影響他人

〈愛蓮說〉原文	特質代號	校園生活事例
出淤泥而不染		
濯清漣而不妖		
中通外直，不蔓不枝		
香遠益清，亭亭淨植		
可遠觀而不可褻玩焉		

身邊有哪位同學的行為符合上述特質（可擇一），令你相當欣賞和敬佩呢？請寫下來：

我欣賞的同學是_____，因為他有一次
(說明事件+言行) _____

從中值得我學習的特質是_____。

二、不染不妖大考驗：

透過桌遊《校園目擊者》，一起來思考面對這些問題時，你會如何採取行動！

Q1. 我們的桌遊結果  ____ 張減  ____ 張 = ____

結局：  /  / 

Q2. 這個結局你滿意嗎？說說你的看法吧！

三、亭亭清香的我：

Fact 事實：

在整場活動中，讓我感觸最深/投注較多注意力的事件是____（填入代號），原因是____。

Feeling 感受：

在這次事件中，我感到____， 因為____。	而筱希的心情應該是____， 因為____。
----------------------------	---------------------------

Finding 發現：

1. 我的每個決定 ☐總是 ☐經常 ☐偶爾 ☐從不 符合心目中的理想人格與行為準則。
2. 判斷與行動時，我會受到____因素影響而遲疑。
3. 我認為這些因素☐可以 ☐無法 被克服。

Future 未來：

1. 面對這些會讓人遲疑的因素，或許可以運用的處理方法有：_____。
2. 除了上述方法外，還可以利用「我訊息」來理解對方、表達期待、進行溝通！

「我訊息」步驟與舉例	當發生事件____時，我會對 大家 / 筱希 這樣說：
① 具體描述事件 → 筱希，看到你傳給我的訊息，我發現到你好像很沮喪、悲傷。	
② 對此事事件的感受或對彼此的影響 → 我有點擔心你的狀況，也怕你一直心情低落的話，會影響你的健康和課業，	
③ 提出自己的期待 → 要不要找個時間去輔導老師那邊聊聊天，你覺得怎麼樣？	

◎小心誤區：我訊息應建立在感受或所見之事實，不可預設我比你好的立場，而指導、怪罪對方。

——做自己的太陽，當別人的光——

