



心理安全感與尊重差異

一場關於自我、標籤與理解他人的思想之旅



自我介紹

今天要做什麼？

1

心理安全感

我覺得安全嗎？

2

給別人貼上標籤
或尊重差異

我曾經傷害到別人嗎？

3

用情境題做個
思想實驗吧！

我想成為怎樣的人？

只有感到充分的安全，我們才有機會做自己。」

你有過這些經驗嗎？(1-1)

- 你曾有欲言又止的經驗嗎？
- 你曾在做一件事前一直想別人會怎麼看嗎？
- 你擔心過自己被嘲笑或討厭嗎？

想一想.....(1-2)

- 你在誰面前可以完全不用擔心犯錯？
- 有什麼人是你完全不擔心他討厭你的？
- 你會願意把自己的秘密跟什麼樣的人分享？

(2) 「標籤化：阻止你真正認識一個人的高牆」

討論問題

- 你有被取過綽號嗎？你喜歡這個綽號嗎，為什麼？
- 你最不喜歡別人說你什麼？你覺得那代表什麼意思？
- 你最不喜歡自己的哪一個部分，為什麼？

重要提醒

標籤本身是中性的，重點在我們怎麼使用它；每個人身上都有許多標籤，但我們不只是這些標籤的總和。

「尊重差異——聽起來很簡單，常常很難做到」

面對他人的時候...(3-1)

- 什麼時候會對他人有莫名的厭惡感？
- 說出三個你特別不喜歡的行為或態度，說說看為什麼？
- 上一次對一個陌生人很生氣是什麼時候？

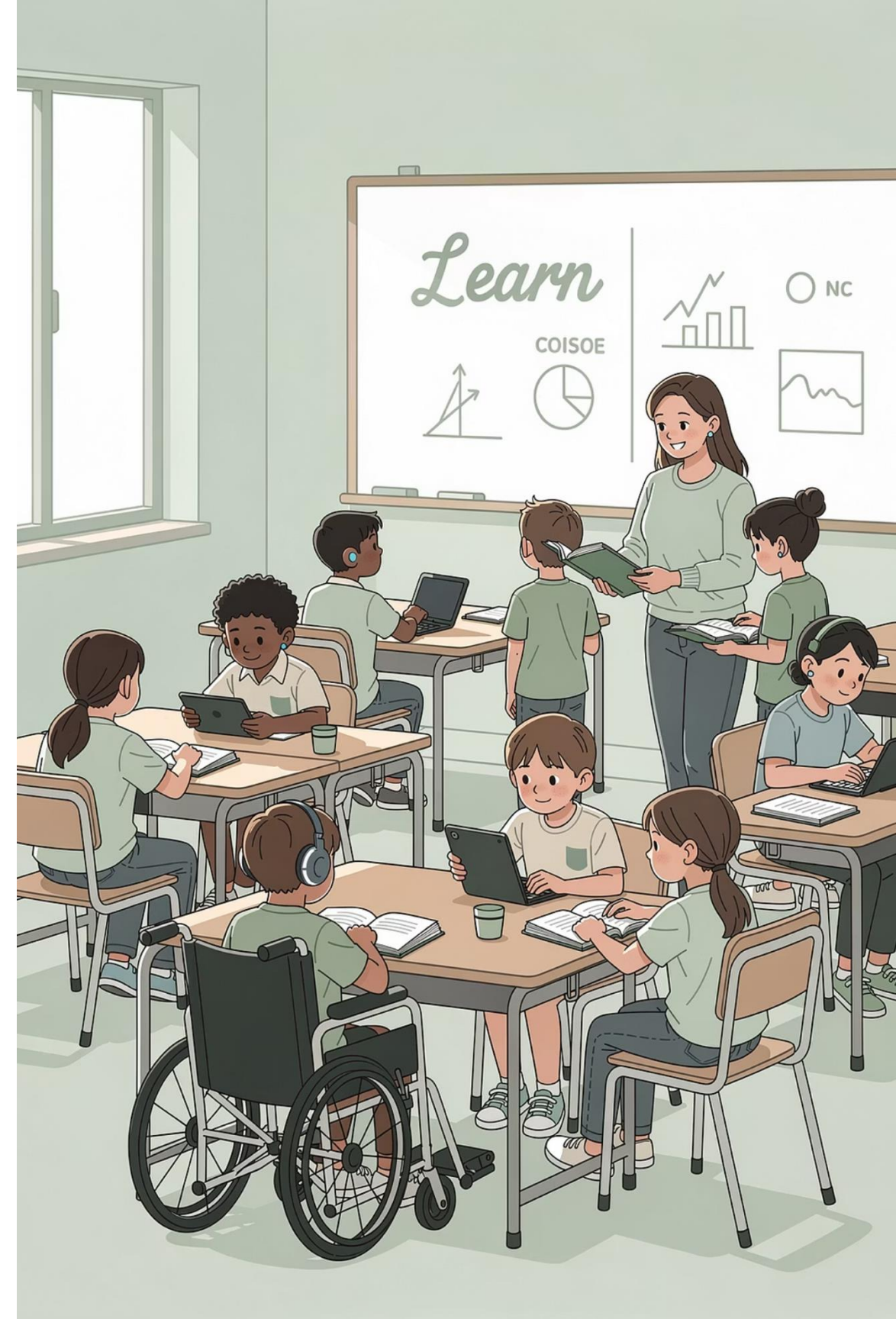
換個角度想想...(3-2)

- 你曾經莫名其妙的被誤會嗎，發生了什麼事？
- 如果有機會，你會怎麼解釋一個誤會？
- 對你來說，「苦衷」是什麼意思？

「每個人多少有點苦衷...」

- 特殊需求學生有哪些？
- 每個人都值得被理解...

除了特殊需求學生，我們還可以思考更多一些...



讓我們做個思考實驗...



「有什麼想問或想說的嗎？」

 有疑問？(4-1)

「我覺得有個地方怪怪的...」

 有收穫？(4-2)

「如果要分享一個特別印象深刻的地方，我會說...」

謝謝大家

