



# 感恩人生，為何不可能

---

講者：薛漢強（註冊社工）

〈感恩社會服務資源中心〉



# 感恩人生

---

1. 為自己所擁有的感恩
2. 感激他人對你的好/付出
3. 感謝蒼天恩惠
4. 凡事謝恩



# 孩子生命三觀

---

1. 積極人生觀
2. 正確價值觀
3. 良好道德觀



# 人為甚麼不快樂？

---

- 去找，得不到
- 失去，放不下
- 要求太多，付出太少
- 埋怨太多，欣賞太少
- 計較太多，大方太少
- 比較太多，知足太少



# 你如何面對人生/逆境？

---

- 塞翁失馬，焉知非福
- 危機：是危？還是機會？
- 樂觀 VS 悲觀
- 積極 VS 消極
- 懷緬過去 VS 把握機會



# 面對逆境，為何不可能

---

- ✧ 誰支配你的人生：自己
- ✧ 誰影響你的人生：想法
- ✧ 誰決定你的人生：態度



# 面對逆境，為何不何能

---

- 人生不如意事，十常八九
- 屢敗屢戰
- 從來沒有不會完的風暴
- 哪裡跌倒，就從哪裡站起來
- 懂得惜福，才有幸福

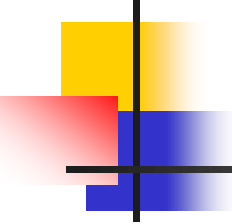


# 人生「失」與「得」

---

- ✧ 塞翁失馬、焉知非福
- ✧ 今日「失」，造就明日的「得」
- ✧ 先有失去，才會換來更多的得
- ✧ 路不單行，機會無限





# 人生7得

---

1. 睇得
2. 聽得
3. 講得
4. 吃得
5. 想得
6. 拿得
7. 行得



# 轉危為機

---

1. 永不言敗
2. 屢敗屢戰
3. 明天會更好
4. 汲取教訓
5. 失敗乃成功之母



---

☹ 人不懂感恩，才會埋怨

☹ 人不懂珍惜，才會失去

☹ 人不懂知足，才會痛苦

☹ 人不懂珍惜，才會失去

☹ 不懂活在當下，才會錯過眼前機會



# 感恩人生在你手

凡事有可能	凡事不可能
積極人生	消極人生
樂觀心態	悲觀心態
正面情緒	負面情緒
正面思想	負面思想
理性想法	非理性想法



# 感恩人生，為何不可能？

---

1. 凡事感恩
2. 珍惜眼前人
3. 知足常樂
4. 常歡笑
5. 只看自己所擁有的
6. 不看自己所沒有的
7. 欣賞自己，欣賞別人



# 如何於生活實踐感恩？

---

1. 寫感恩日記
2. 為你想感謝的人做一件事情
3. 欣賞/讚賞身邊人，常說感謝的話
4. 凡事感恩、珍惜眼前人、知足常樂
5. 分享、施捨（有捨才有得）
6. 正面思想



# 欣賞、稱讚

---

1. 欣賞身邊人
2. 數算對方有多好
3. 告訴對方他有多好



# 口頭稱讚的 5 種力量

---

1. 肯定孩子的能力
2. 肯定孩子自我價值
3. 肯定孩子進步
4. 肯定孩子有多好
5. 培育孩子自尊自信

☺ 〈讓孩子看得起自己〉





# 感謝的話

---

☺ 唔該

☺ 多謝

☺ 對唔住

☺ 請



# 珍惜

---

1. 珍惜家人
  2. 珍惜身邊人
  3. 珍惜時間
  4. 珍惜健康
  5. 珍惜食物
  6. 珍惜大自然
- ☹ 不要等到失去才懂珍惜



# 知足常樂

---

別人騎馬我騎驢，仔細思量百不如，

回頭只一看，又有赤腳漢。

〈比上不足，比下有餘〉



# 正向家庭教育錦囊

---

1. 正向思想
2. 正面情緒
3. 正面說話
4. 積極樂觀心態
5. 共建和諧家庭
6. 做一個開心父母
7. 讓家人有愛



## 給父母的話：

---

你希望孩子生活開心，還是成績好？

你眼中的孩子是可愛？還是一無是處？



---

您怎樣看您的孩子？



# 您眼中的孩子是.....

---

- 正蠢鬼、冇鬼用
- 睇你都傻
- 懶人多屎尿
- 你有乜好
- 食野唔做嘢
- 正一陀衰家
- 睇死你唔得
- 唔使旨意我理你
- 睇你個衰樣
- 冇你咁得閒
- 冇厘醒目
- 有乜咁叻嗱



# 還是.....

---

- 做得好！
- 了不起！
- 太好了！太棒了！
- 你做對了！
- 繼續加油努力！
- 你真是我的好幫手！
- 我真以你為榮！
- 真是聰明的孩子！
- 我知道你做到！
- 你真懂事！
- 多謝你！
- 有你真好！





事情好壞，只在於一念之差

---

換個角度，換個想法；

您的孩子就會不一樣！



# 九型性格的啟示：認識您的孩子

---

- 每個孩子都是獨特的個體。
- 每種性格均沒有好壞之分
- 每個孩子都有本身獨特的性格。
- 每個孩子成長好壞，視乎父母教養態度。
- 每個孩子性格發展健康程度會受成長經歷環境，父母教養方式所影響。



---

垃圾放對地方就是資源，

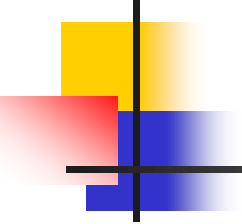
資源放錯地方就是垃圾。



# 教孩子學會感恩，由感恩父母做起

---

1. 凡事感恩
2. 知足常樂
3. 珍惜眼前人
4. 活在當下
5. 常存希望，信有明天
6. 永不放棄

- 
- 
7. 自我反省、自我改變
  8. 學習三放（放手、放下、放心）
  9. 保持三不（不批評、不埋怨、不指責）
  10. 正面心態
  11. 積極主動
  12. 常歡笑



## 【可愛的家】

只要踏進這個家，便覺天倫愛可嘉，  
彼此相體恤語中多關注，愁悶一概拋下，  
可愛是這一個家，愉快溫情滿一家，  
主恩比春暉暖於心窩裡，寒夜不會懼怕，  
有勉勵，沒責罵，不見衝突不吵架，  
沒疑慮，沒埋怨，互愛真誠不虛假，  
溫暖是這一個家，互勉關懷最可嘉，  
縱使多委屈踏進家中去，愁盡解怨盡化。