

小組#5 引導人認識自己 (70 分鐘)

1. 小組塑造：討論“偏見”與“刻板印象” (10 分鐘)

- 你是否有被人誤解、委屈或論斷的經驗？試分享。
- 我們如何能夠避免對別人的“偏見”與“刻板印象”？

2. 觀念澄清：愛、知、言、做 (15 分鐘)

- 真正認識一個人，才能根據他生命的光景，用愛心說誠實話。
- 愛的態度帶來了信任，才有機會真正認識一個人。

3. 個人應用：聆聽情緒 (25 分鐘)

- 當別人對我顯露負面情緒時 (如：憤怒/責備/焦慮/害怕/憂鬱/失望) 時，我常有的反應是什麼？
- 如果我決定開始傾聽別人的負面情緒，我可以有怎樣不同的反應？

4. 生活應用：分享個人的成長目標，並為彼此代禱 (20 分鐘)

- 透過差遣我們深入關懷別人的內心，神也同時在改變我們
- 神將如何改變我們，成為一個讓人可以信任、傾倒心事的好聽眾？
- 請輔導帶領學員，為尋找和身邊某個需要關懷的人、建立信任關係代禱