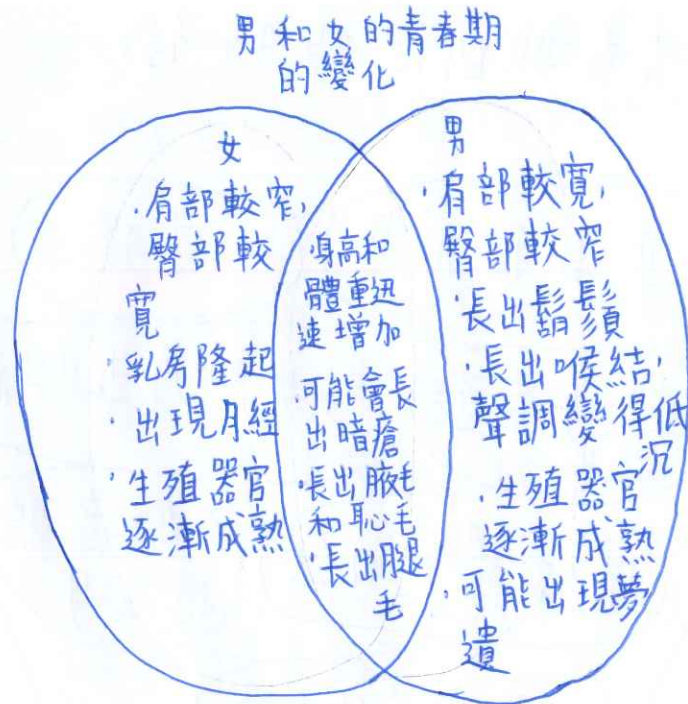


課題： _____

辨：你辨識了哪些知識呢？



我辨識了青春期的身體變化。

便：這些知識有何好處或重要性？

因為我們準備青春期的將來，如果我們不準備的話，我們會十分大驚小怪。

變：你會如何實踐這些知識？

月經來到時，我會記錄下來。

課題：3.青春期的心理特徵

青春期的心理特徵：

注重自我形象

追求獨立

喜歡合羣

對異性產生興趣

情緒變化很大

不願意聽從父母

在意別人的看法

青春期的心理特徵

加一點知識 💡

青春期男女為甚麼會崇拜偶像呢？

答：因為他們認為偶像十分帥/美麗，或其他的優點，他們想模仿偶像。

有關資料：<http://www.info.gov.hk/health>

資料來源：class.heart.net.tw

課題：3.青春期的心理特徵

辨：你辨識了哪些知識呢？

我學習了怎樣正確方法來崇拜偶像，而且，我也要改變自己的崇拜偶像的錯誤方法。

例如：

- 1) 不要浪費來買偶像的海報、唱片、電影雜誌、寫真等。有可能會過度花費
- 2) 也有青少年因為追蹤偶像而犧牲自己睡覺時間，這個行為是錯誤的。如果過度情緒化，很可能投入過多金錢和時間於追星上，而忽略其他有意義的事。

便：這些知識有何好處或重要性？

因為我們要知道如果這種事情突然發生，我們可以早就知道而去改變。

變：你會如何實踐這些知識？

我會控制我的情緒，我也會和家人溝通。