

尊重 respect

目標：如何被尊重

華盛頓的禮貌規則（節錄）

十九世紀末，在維琴尼亞州的弗農山發現了一本華盛頓十四歲時的筆記本，在此我們看到了十八世紀年輕人紮實的品格教育基礎。現在，大多數的規仍然可以做為我們今日個人舉止的法典。相信有益於美國第一任總統的東西，應該也有益於我們大家。

- 1、在團體中，每一個行動都應該顯示出對於在場之人的尊重。
- 2、當一個人已盡力而為時，雖然他沒有成功，也不要責怪他。
- 3、想要規勸或斥責任何人時，要考慮應該公開或在私底下這樣做，應該現在或在其他時候這樣做，以及應該用什麼說詞；在責備時，不要動怒，要和顏悅色。
- 4、不要嘲笑或譏諷任何重要的事物；不要開任何尖銳、傷人的玩笑；如果你說出任何富於機智或令人開心的話，你自己不要笑。
- 5、你為一件事責備任何人時，你自己在這件事上必須無可指責，因為以身作則比教訓更管用。
- 6、不要炫耀，檢查你全身，看看你是否穿戴妥當，看看你的鞋子是否合腳，你的襪子是否拉好了，你的衣服是否美觀。
- 7、如果你尊重你的名譽，你應該和品格高尚的人結交；與其與壞人為伍，不如孤獨。
- 8、不要斥責別人的缺點，因為那是父母、老師和長輩的責任。
- 9、在適當的時機和人討論事務，不要在團體中交頭接耳。
- 10、不要好奇地想知道別人的事情，也不要接近私底下吐露祕密的人。
- 11、不要做你無法勝任的事；要留意遵守諾言。
- 12、不要說不在場者的壞話，因為這是不公平的。

行為準則：

你給你自己打幾分呢？（愈高分表示你做的愈好喔！）

- | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ● 對待別人要將心比心。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |
| ● 要謙恭有禮。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |
| ● 別人講話要仔細聆聽。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |
| ● 不要辱罵或嘲笑別人。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |
| ● 不要欺負或找別人麻煩。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |
| ● 在了解一個人之前，不下斷語。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 親身實例： | | | | | |

我們一起來討論以下的問題：

- 在學校有那些大家互相對待的方式你不喜歡？你知道那些是有失尊重的行為呢？
- 對以上的行為你有什麼看法？
- 在學校裡你喜歡大家如何互相對待？這跟尊重有什麼關係？
- 欺負同學是不是有失尊重的行為？為什麼？
- 如何能避免打架？（以禮待人）
- 和同學在一起時，他們說什麼或做什麼會讓你覺得很不舒服？

作業練習：

- 寫下你曾有的校衰暴力經歷。你是施暴者、受害者或是旁觀者？事情的經過如何？你覺得如何？

- 有沒有同學喜歡找你麻煩或捉弄你？他們這麼做是針對你的什麼（身高體重、外表、口音、能力、膚色或其他）

你認為他們的想法是什麼？

你自己的看法呢？

- 想像一個欺負同學的人，並寫封信給他。告訴他你不喜歡他的行為，以及為什麼不喜歡；並告訴他該如何改變。
