



F1WAI001W2  
(代幣課程)

工作坊/ 基礎程度

# 「我是誰？」系列：自我概念

課程主任  
香港資優教育學苑



**2023年5月11日**  
正午**12**時截止報名

**2023年5月12日**  
報名結果發佈

## 預期學習成果

完成本課程後，學員應能：

1. 認識並接納資優生的身份
2. 了解並認清個人的優點和缺點
3. 反思對自己和別人的期望
4. 制定有效的目標，並嘗試自我實現



## ◆ 系列主題簡介

「我是誰？」系列是一系列有關全人發展的工作坊，內容覆蓋資優生的自我概念、自我管理和社交關係。此系列旨在讓資優生首先從內裏認識自己，繼而提升自我管理能力，最後與外面世界建立正面的社交關係，達致由內到外的全面發展。

## ◆ 課程簡介

自我概念指的是你對自己的想法、評價和觀感，包括你的特質和自我的身份。在這個工作坊中，我們將會學習各種資優理論，探討資優生的優點和缺點，了解自己和他人的期望對你造成的影響，從而在面對過高期望時作出適當調整，最重要的是從中更了解自己。

## ◆ 日程表

日期	時間	地點
2023年8月10日 (星期四)	下午 2 時 30 分 - 下午 5 時 30 分	香港資優教育學苑

## ◆ 適合對象

- 於2022至2023 學年就讀中一至中三的香港資優教育學苑學員 (本課程為21/22學年Inside Out系列：自我概念(I-IV)之整合版)

- 名額：25名

\* 學苑會以電腦系統隨機取錄學員。學苑對課程取錄結果有最終決定權。

## ◆ 先備知識

本課程並無特別要求

## ◆ 講授語言

粵語

## ◆ 證書

學員必須出席課堂及積極參與課堂活動方能獲發電子證書。