



實踐行動紀錄 之 勇於面對困難

實踐行動紀錄 勇於面對困難 (中學)

姓名：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_

試紀錄本月你所遇到最困難的事情，記下其中的過程及結果，再與老師討論。

	遇到的困擾/困難	當時的心情、想法	有沒有尋求援助？尋求了甚麼人的幫助？	能否解決這個困難？為甚麼？	解決這個問題後，你學到了甚麼？如問題未被解決，你會如何跟進？
例：	已努力溫習，但小測成績欠佳	失意、沮喪	有/沒有 詢問老師小測做得不好的地方及改善方法	能/不能 因為經老師的指導後，我能找出自己的弱點，作出改善。	我明白到如我的工作成效欠佳，要主動向別人請教，要檢討及改善自己的不足之處。
1.			有/沒有	能/不能	
2.			有/沒有	能/不能	

3.			有/沒有	能/不能	
4.			有/沒有	能/不能	
5.			有/沒有	能/不能	

老師意見 / 鼓勵	家長意見 / 鼓勵	自己的感想 / 對家長和老師意見的回應