**一張含有 螢幕擷取畫面, 文字, 設計 的圖片

AI 產生的內容可能不正確。創作天地：寫作指引**

**和過去的自己視像對話**

**簡介︰**

科技日趨成熟，如果在機緣巧合下，讓你和過去的自己來一場視像對話，你希望和哪個階段的自己對話？又有甚麼說話想告訴過去的自己？開啟鏡頭，重遇昔日的自己，一起回顧過去的經歷，或許能夠幫助你反思過去的種種，以塑造更好的自己。

|  |  |
| --- | --- |
| **文類** | * 抒情文 |
| **關鍵詞** | * 過去的自己︰選擇跟過去哪個階段的自己對話 * 視像對話︰集中描寫對話期間看到、聽到及感受到甚麼 |
| **內容構思** | 如果有機會和過去的自己視像對話，會引發你思考甚麼問題？   * 引入：   + 在甚麼契機下，你有機會和過去的自己對話？   + 你跟哪個階段的自己對話？為甚麼希望與當時的自己對話？ * 對話︰   + 你可以問問過去的自己；   + 當時的你最擔心甚麼？   + 一同回顧過去的重要決定，或者一件難忘的事情 * 回顧選擇：   + 向過去的自己訴說當日的決定或事件如何影響今日的自己   + 告知自己的現況 * 成長與變化：   + 回望過去，現在的你如何看待當日的選擇或事件？   + 從當日的選擇或事件學到了甚麼？ * 鼓勵與支持：   + 想對過去的自己說甚麼：   + 珍惜當下？鼓勵他改變昔日的決定？還是堅持自己的想法？ |
| **反思** | * 這次與過去的自己對話的過程中，你有甚麼得着和反思？   + 能夠理解和體諒過去的自己嗎？   + 過去的自己如何成就今日的自己？   + 這次經驗如何影響你未來的決定？ |

****

**你的答案︰**

|  |  |
| --- | --- |
| **文類** |  |
| **內容構思** |  |
| **反思** |  |