**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** |  |