



# 做負責任 的決定

分析及評估行為後果，從而做出負責任的決定。

你今天有重要的決定嗎？

停一停

呼吸 3 分鐘

想一想

我要解決甚麼問題？  
我有甚麼選擇？  
評估每個選擇的優點和缺點

做一做

作出最合適的選擇

反思

檢討你的決定

尋求協助

如有需要，可以尋求他人或社區支援



社區資源  
及求助熱線