

让世界充满可能性！ 赋能的18条小贴士

A World of Possibilities! Empowerment 18 Tips



1. 梦想会让未来更美好

The best is yet to come.



2. 你很重要，是世界上独一无二的

I am special. Be proud of oneself.



AP

3. 让我们一起试试看吧

Let's try it.



4. 你要相信，一切都会好起来

It's going to be all right.



II. 来自朋友之间的赋能力量/Peer Empowerment

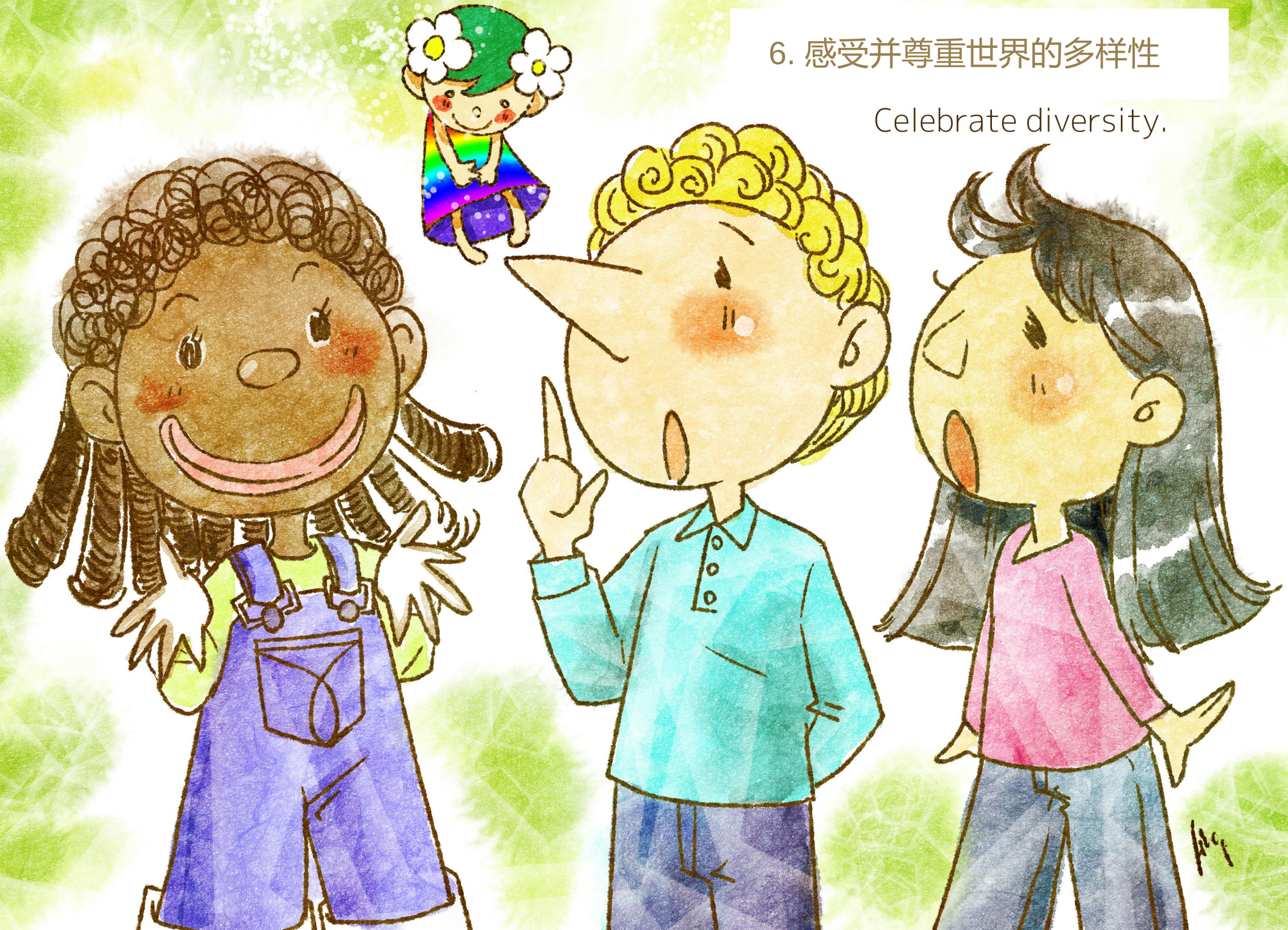
5. 要对自己充满信心

Yes, we can.



6. 感受并尊重世界的多样性

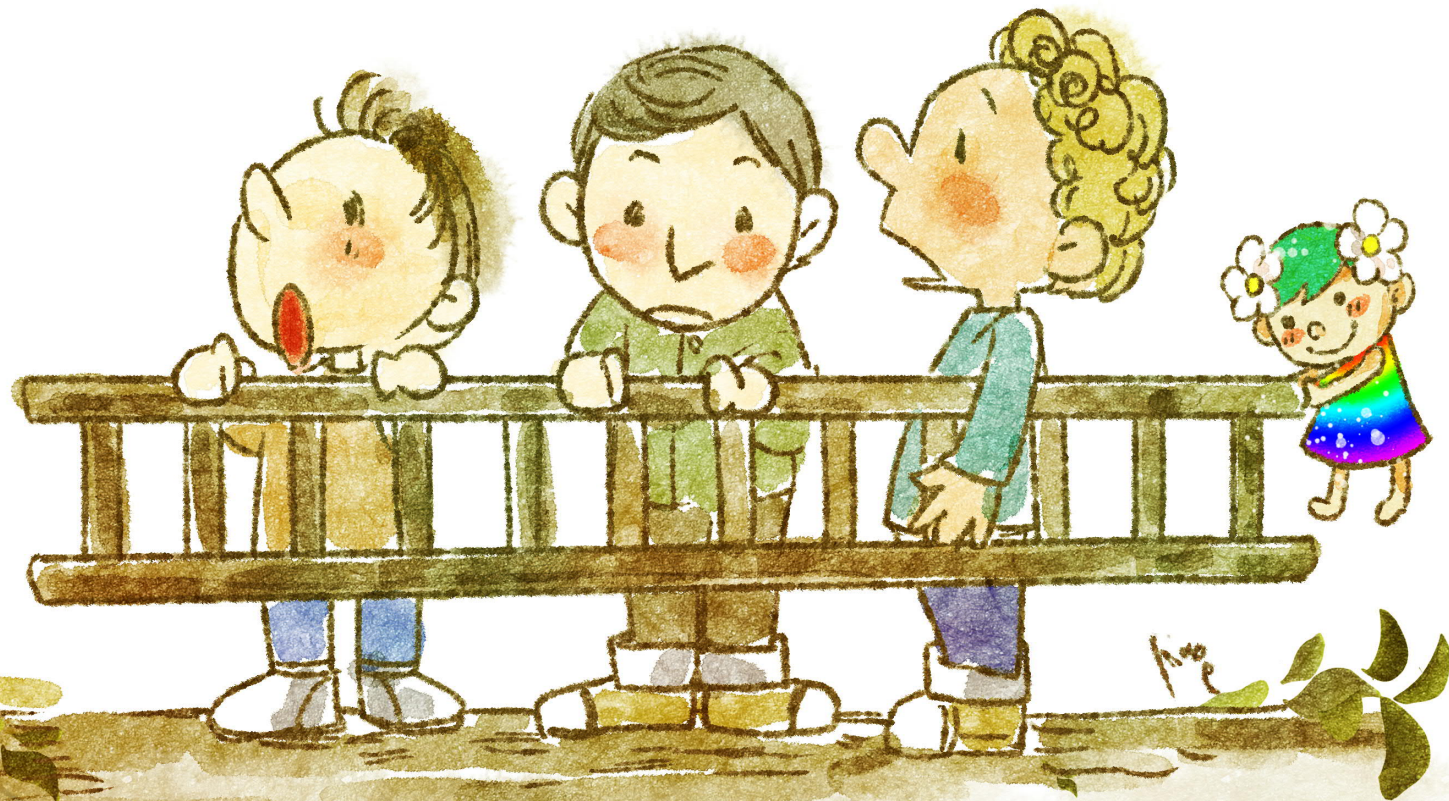
Celebrate diversity.





7. 相信团队的力量

Believe in group creativity.



Ⅳ. 来自社区的赋能力量/Community Empowerment

8. 尊重他人的价值观

Respect values of others.



9. 乐于助人，助人为乐

Respond to the needs of others.



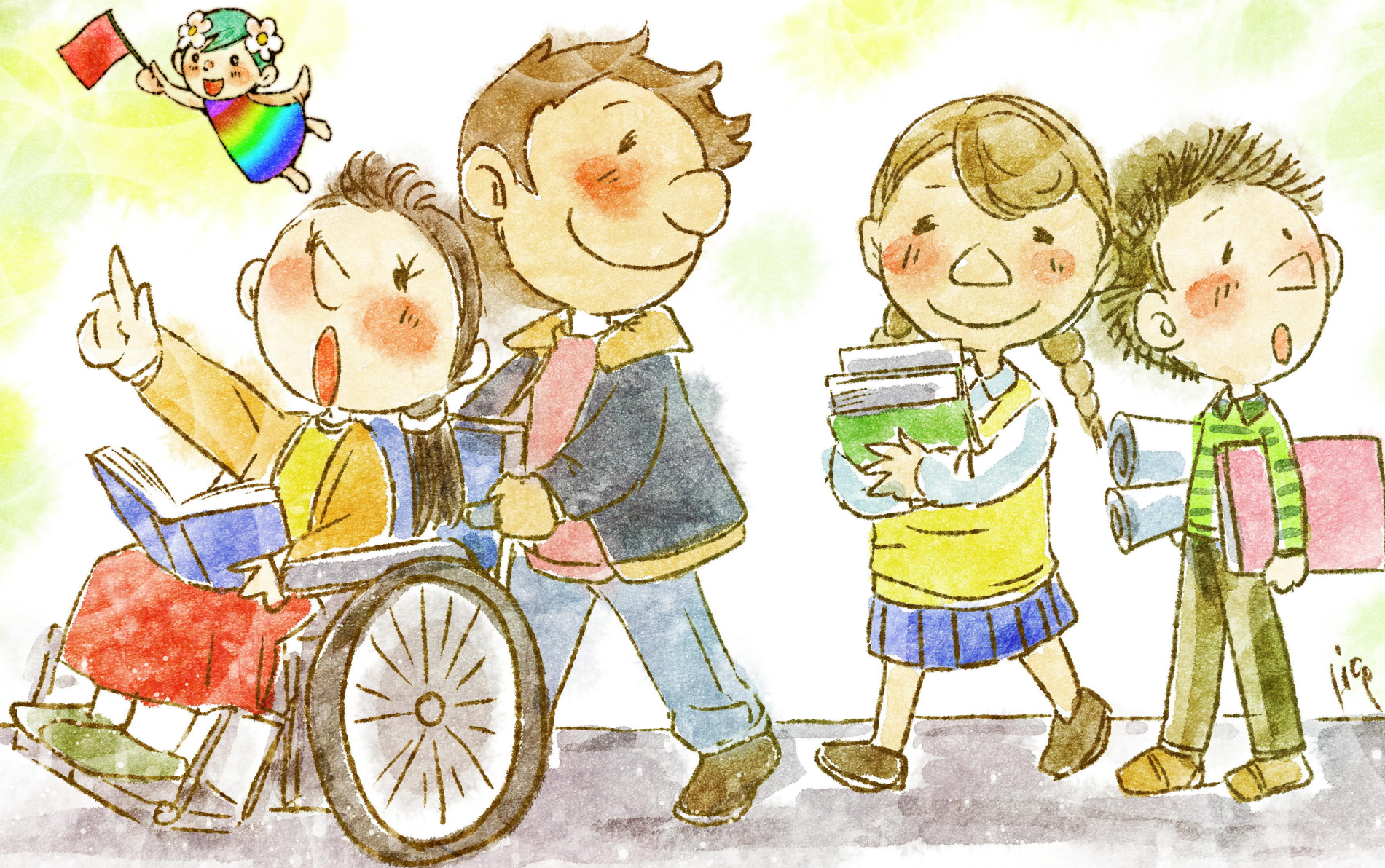
10. 尽我们所能，做我们力所能及的事情

Identify our capabilities.



11. 让我们一起学习，一起进步

Learn together for improvement.



IV. 来自生活点滴中的赋能力量/Practice in Life

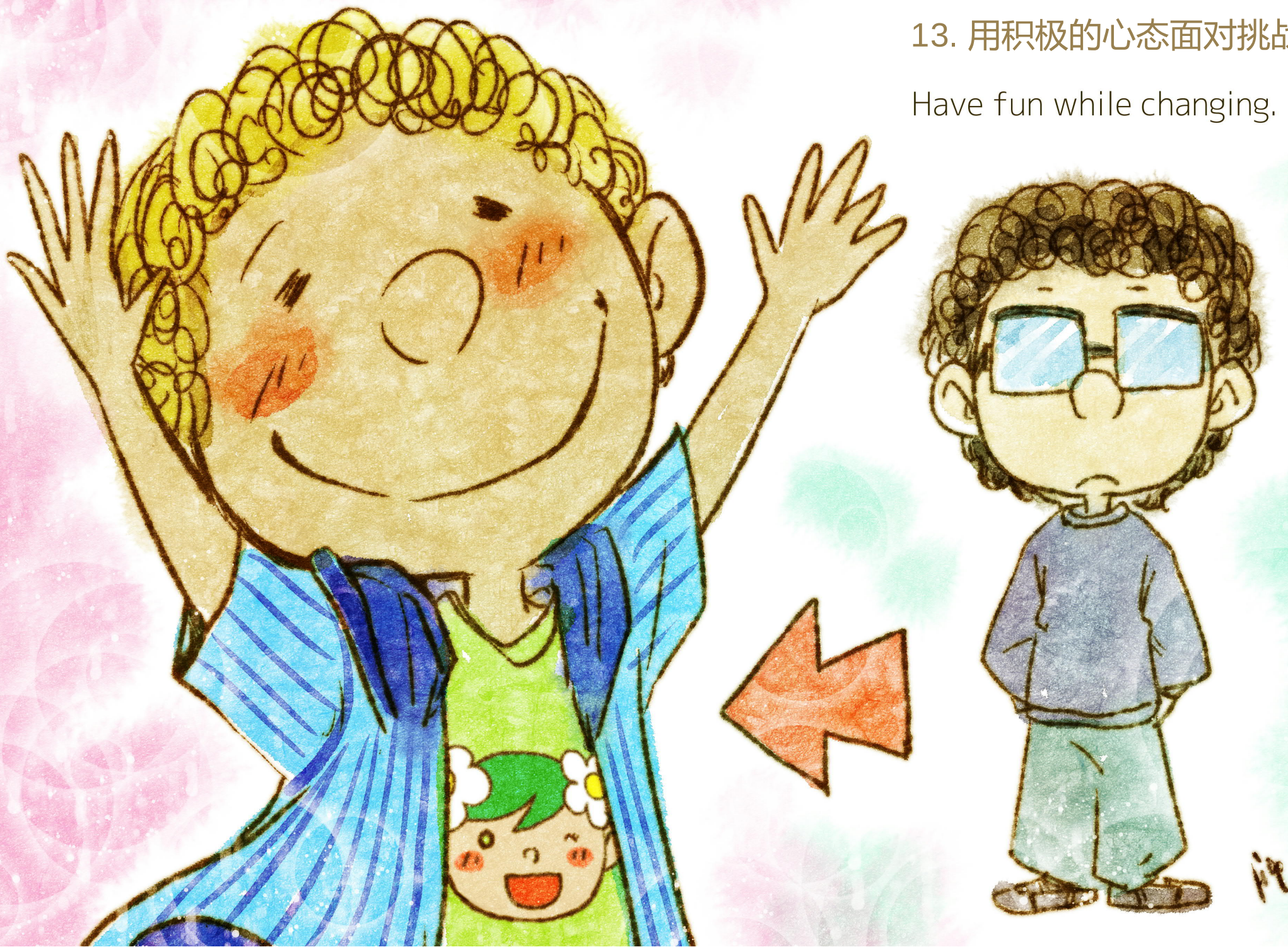
12. 通过和他人的相处交流，增强我们的赋能力量吧！

Build empowerment through synergy.



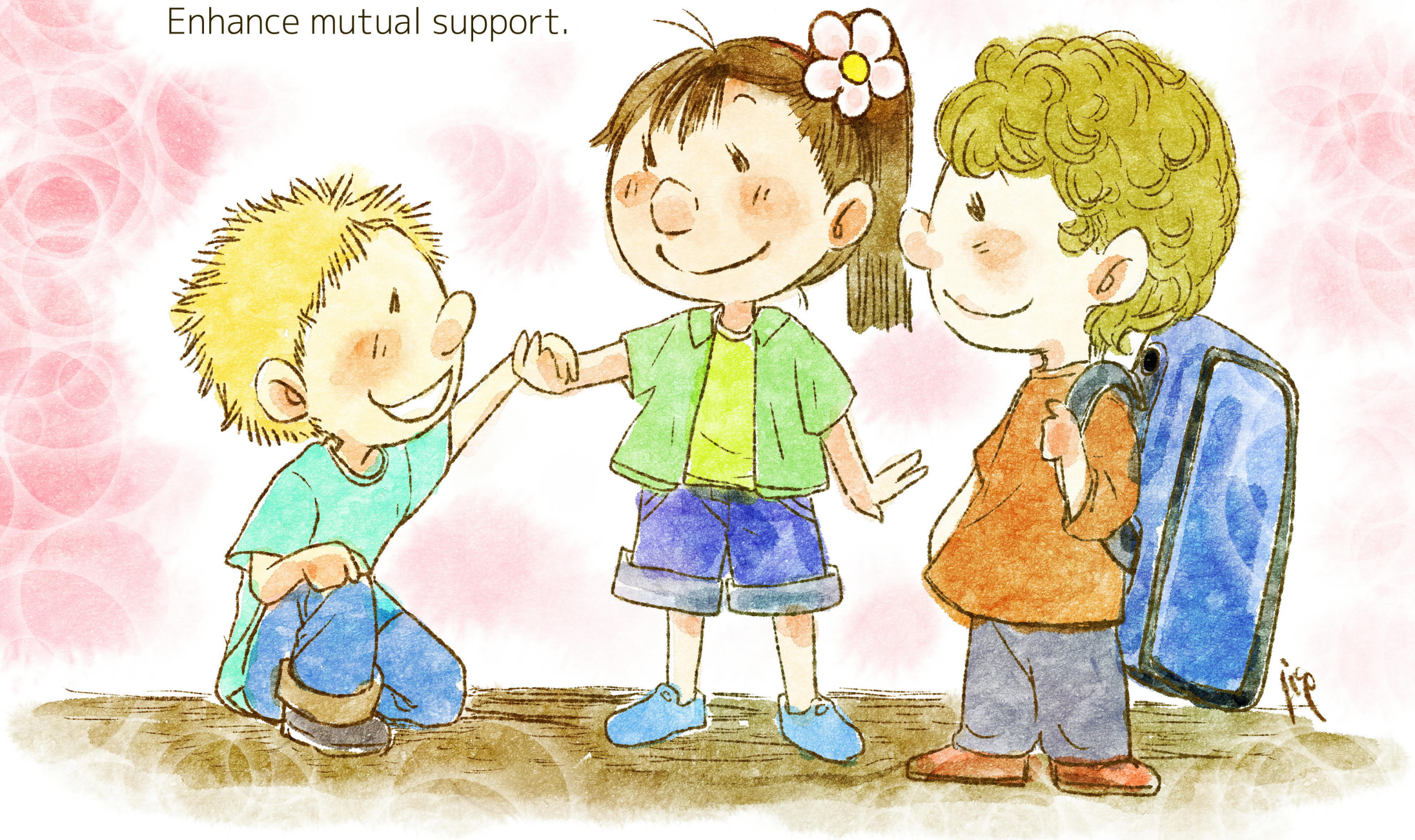
13. 用积极的心态面对挑战

Have fun while changing.



14. 相互支持

Enhance mutual support.



15. 用心倾听

Listen with empathy.





16. 勇于实践，乐于实践

Enjoy practicing.



129

17. 感谢世界，温柔以待

Always be thankful.



18. 带着美好，向未来出发吧

Bridge our experiences to future.



みんなで^{げんき}元気!
エンパワメントのコツ 18^{じょう}条

ISBN 978-4-9905933-4-6

2021 年 12 月 1 日 第一刷発行

著 者 安梅勅江

挿 絵 ひろ衛

出 版 エンパワメント研究教育フォーラム

印刷製本 東京都同胞援護会

Make a World of Possibilities!

Empowerment 18 Tips

2021, December, 1 First Edition

Author: Tokie Anme, PhD

Picture: Hiroe

Publish: Empowerment Research and Education Forum

Printing: Tokyo Doho-Engokai

让世界充满可能性！赋能的18条小贴士

ISBN 978-4-9905933-4-6

2021年12月1日 第一次印刷发行

作者：安梅 勅江（教授）

绘画：Hiroe

翻译：王妍霖 校对：李响、朱珠

出版：赋权研究和教育论坛

印刷：东京都同胞援护会