

體驗正向校園

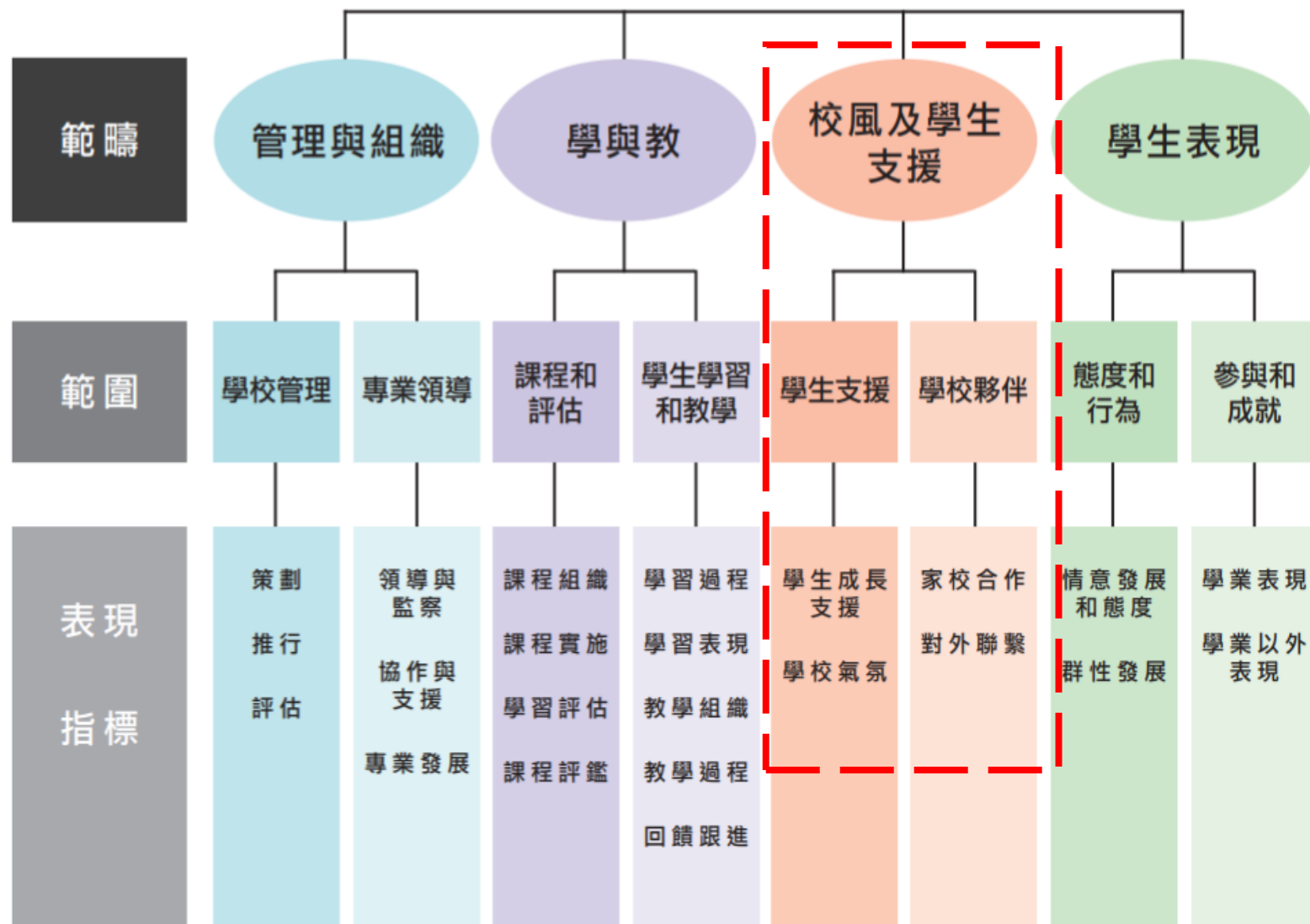
氛圍課堂內外

鳳溪廖潤琛紀念學校

謝盛業校長、何秀儀主任、

歐陽錦泉主任

圖一：表現指標架構



香港學校

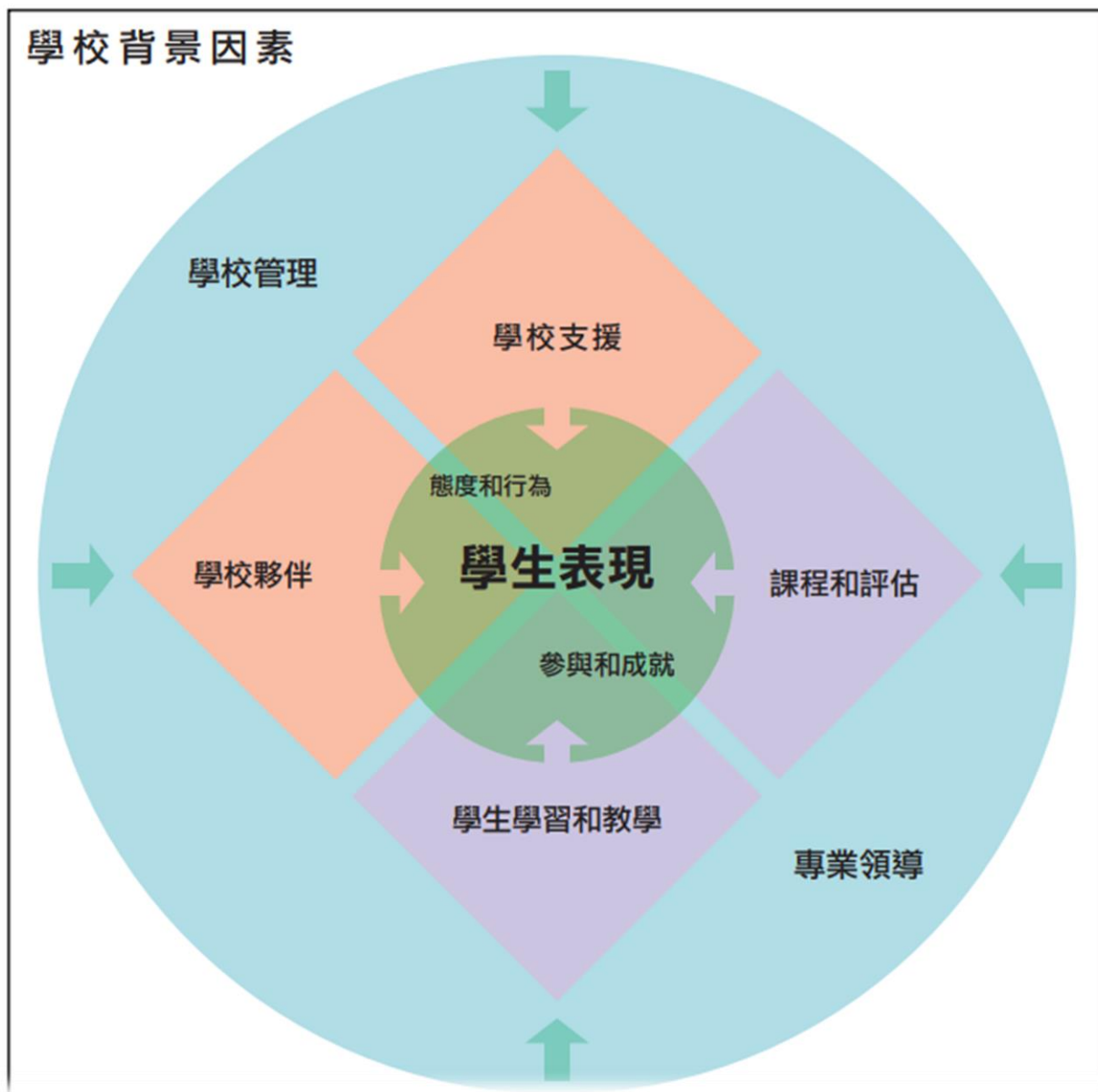
表現指標

中學、小學及特殊學校適用

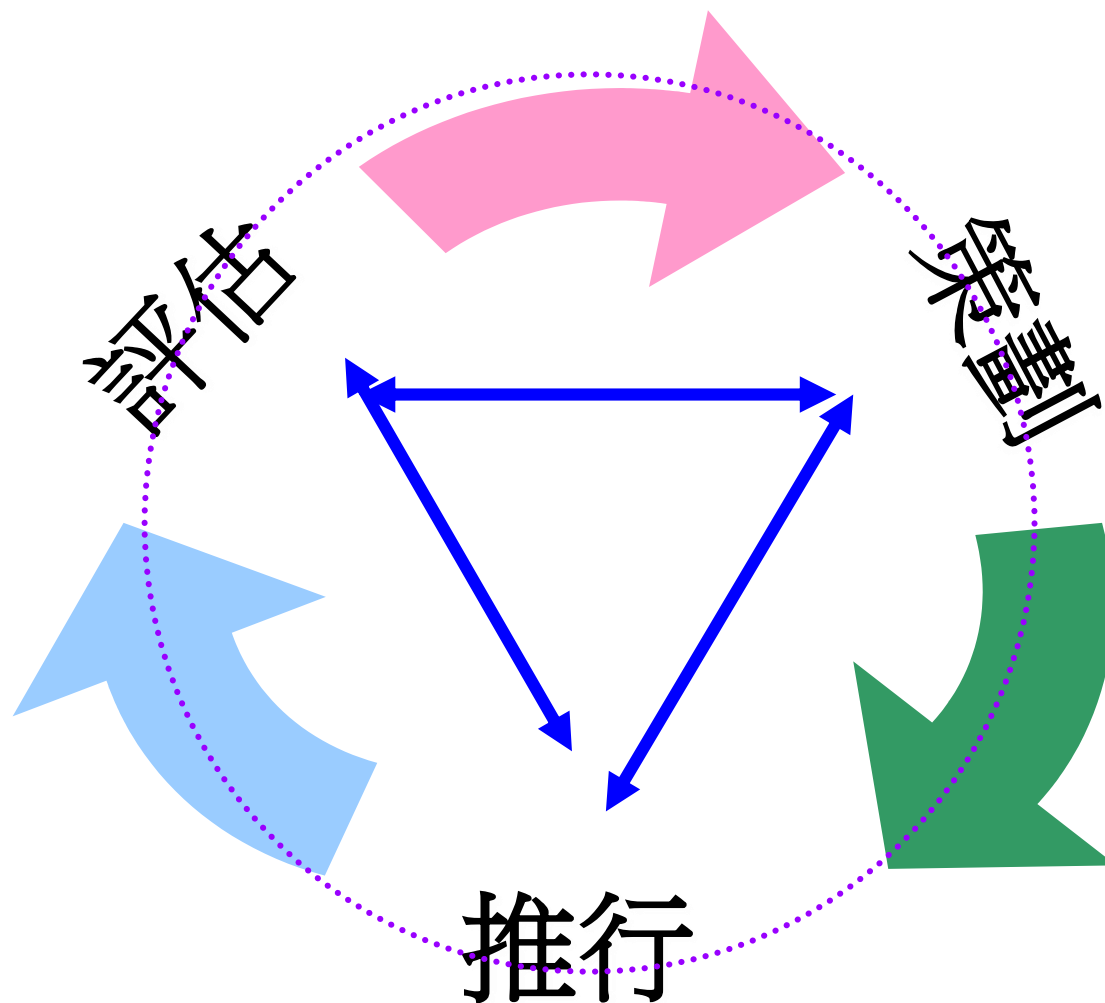
中葡、中葡及特殊學校適用

校情為本

圖三：表現指標的理念



學校自我完善模式(PIE 模式)



謀定而後動

一個迷思：「校風及學生支援」（第三範疇）的工作要有成效，是應然？使然？必然？還是……

「機會總是留給有準備的人」

(見於本校「正向學習步道」)

反思中成長、由下而上的改變.....

• 2011/2014年度學校發展計劃關注事項的反思

1. 是否對焦？是否有成效？
2. 可否有／用一個框架來處理各項工作（事件或活動）？
3. 當APASO可自訂評估內容時，在數據分析方面可以仔細嗎？解讀可以更清晰嗎？
4. 如何把現行的工作變得更有意義或附加新的價值？

2014/2017年度學校發展計劃關注事項

3

全人發展，打造心靈：以正向心理學的理論架構去規劃各項工作，作學生的心靈導師，讓學生擁有真實的快樂。

建立正向氛圍校園

在小學階段推行「正向教育理論」的重要性

從「關愛校園」到踏上建立「琛小正向校園」的旅程，我們希望能夠把握小學生在學校裏「**黃金六年**」的時間，教導他們認識六大正向元素、發揮自己的「**性格強項**」，運用「**正向思維**」解決困難，敢於面對逆境，確立人生的方向，尋找到幸福快樂人生的起點。

正如 **Dr Martin Seligman** 沙利文博士在「**邁向圓滿**」書中第五章，提及「幸福是應該在學校裏教。」原因：

- 一/過去兩個世代憂鬱症的情況嚴重，幸福感的上升很少
- 二/幸福感可以幫助學習，增加有創意的思維

理念篇

THE GEELONG GRAMMAR SCHOOL POSITIVE EDUCATION MODEL

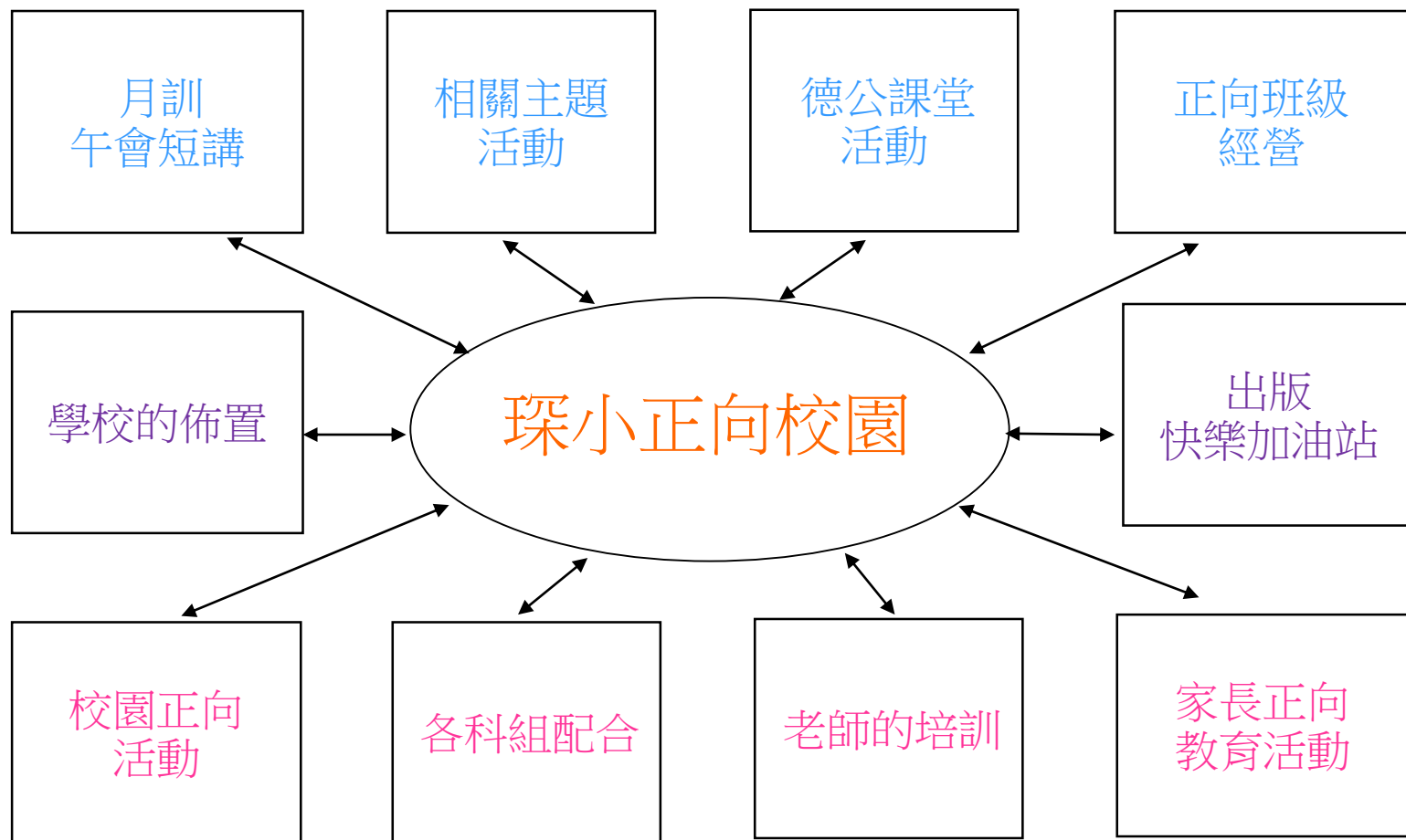
修訂自香港城市大學郭啟晉先生介紹有關
Martin Seligman 「正向心理學」的理念

每個人的「性格強項」及生活中的「六大正向元素」，
都能協助我們達至 幸福豐盛的人生

2014-2017 正向教育的推展

- 2014/15 學年 先以「正向人際關係」和「正向情緒」為開始，上下學期舉辦了「世界因你變得更美好」及「快樂從感恩開始」主題活動
- 2015/16 學年 年度主題：「尋找快樂的寶藏」
- 2016/17 學年 年度主題：「幸福摩天輪」

本校預計以六年的時間來建構「正向校園」



If you think you can, you can.



正向班級經營

每班自行制定「我的班級經營策略」，老師運用了不同的班級經營策略，例如：課室約章、給老師的信、午餐約會、快樂自拍計劃、考試打氣卡、*Smart Kid*、好人好事、勵志歌曲分享、佳作共賞、生日會、你最抵讚等活動，藉以建立良好的師生關係，營造團隊精神及提升學生的歸屬感。

16-17學年正向主題活動-幸福摩天輪



參考澳洲 Geelong Grammar School 之「正向教育」的六大正向元素理念：正向情緒、全情投入、身心健康、正向人際關係、成就感、意義

「幸福摩天輪」主題活動

9月

快樂方程式 514

5 天生的性格

(與生俱來的性格，樂觀/悲觀)

1 環境的因素

遇上(順境好的事情困難和挫折)

4 可由個人決定和控制

(面對困難和挫折時、我們可運用「正向思維」來調節自己的心情)

10月

宣明會助養兒童計劃

幸福是：擁有正向情緒

月訓主題「助人為樂」

鼓勵同學寫信和心意咭
給助養兒童，實踐助人為樂，關懷遠方有需要的孩子。

EASY EASY 好小事

11月

幸福是：累積正向情緒

月訓主題「好事日記」

學校參加「以勒基金」的 EASY EASY 好小事，藉此鼓勵學生多做好事，提升「正向情緒」。

2月

奧比斯-蒙眼午餐

幸福是：做有意義的事情

月訓主題「施比受更有福」

今年全校參與蒙眼午餐，為奧比斯的眼科飛機醫院籌款，學生於午飯時間蒙起雙眼在黑暗中進食，體會珍惜視力，親身參與有意義的活動

3-4月

午間齊做-護眼操

幸福是：身心靈健康

月訓主題「健康生活 EASYGO」

同學在課堂上練習護眼操，學習保護眼睛的重要性，齊齊建立「正向健康的生活習慣」！

5月



愛心點唱站



幸福是：正向人際關係
月訓主題「總有你鼓勵」
同學透過「愛心點唱站」，向身邊的人表達謝意。幸福可以由欣賞別人開始，建立「正向人際關係」！

6-7月

成功的喜悅

幸福是：欣賞自己的成就

月訓主題「成功的喜悅」

每個人都擁有獨特的天賦，每年同學都在小獎杯上記錄自己的成就和進步，從中學學習自我肯定，建立成就感。

6-7月

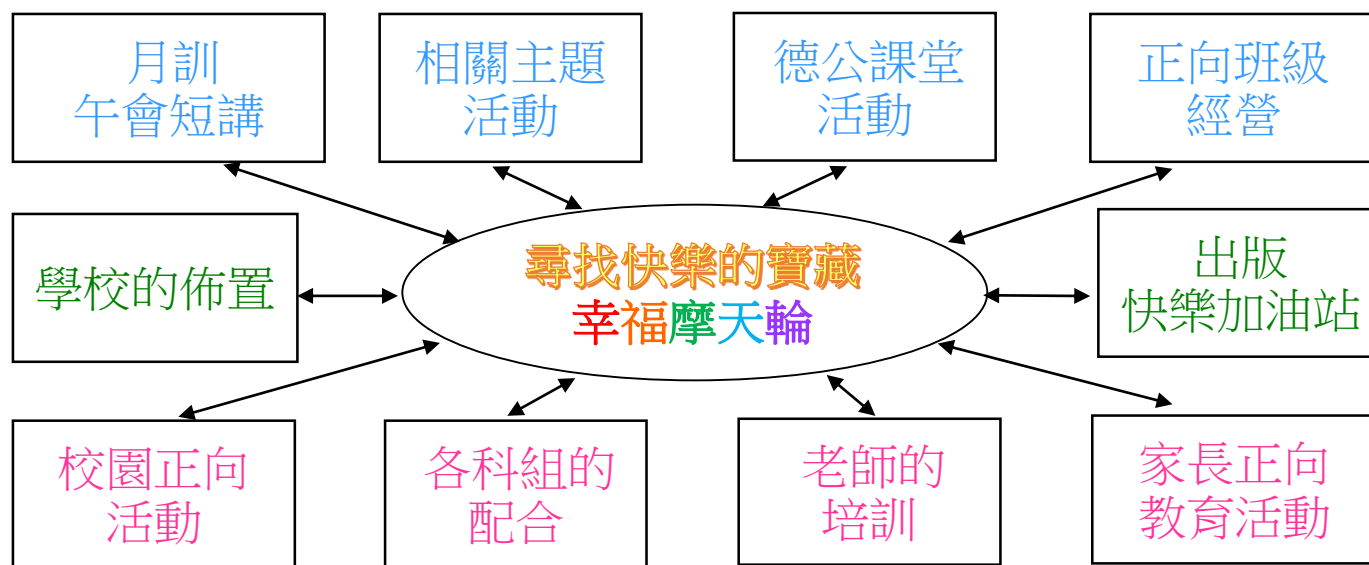
「尋找快樂的寶藏」的禮物

每年我們都會向六年級畢業同學送上一粒珍貴的寶石，作為鼓勵他們在人生另外一個階段上，繼續努力建立自己的幸福人生！

◆反思

全校參與：「尋找快樂的寶藏」和「幸福摩天輪」

都是結合校內不同層面和活動，發揮互相連繫、環環緊扣的作用，也是一項全校參與的主題活動，讓教師、職員、家長和學生都可參與其中，共同攜手建立的「琛小正向校園」。



2017/2020年度學校發展計劃

關注事項三：深化正向的校園氛圍

關注事項三

深化正向的校園氛圍

1. 優化「正向」校本訓育及輔導工作
2. 加強推廣「正向」內涵，推動全校參與
3. 強化「正向」正面班級社群

正向班級經營

教師培訓

樂在遊戲中

我愛小魚兒

琛小生日之星

快樂加油站

感恩隨筆

尋找快樂的寶藏

Project PEAR

「培養正向品格，活出幸福人生」正向主題活動

班主任課

教師專業發展組

學生培育組

德公課

數學科

常識科

中英數常音視體普電德

行動計劃

運用正向元素，制定班本的「我的班級經營策略」，建立師生關係，營造團隊精神及提升學生對班級的歸屬感

行動計劃

1. 舉行教師專業發展日
2. 組織校內分享活動
3. 安排老師進修

行動計劃

1. 統籌Project PEAR
2. 策劃和推展各項正向校本訓育及輔導活動 (對象：老師、學生、家長)
3. 規劃和組織全校的環境佈置

行動計劃

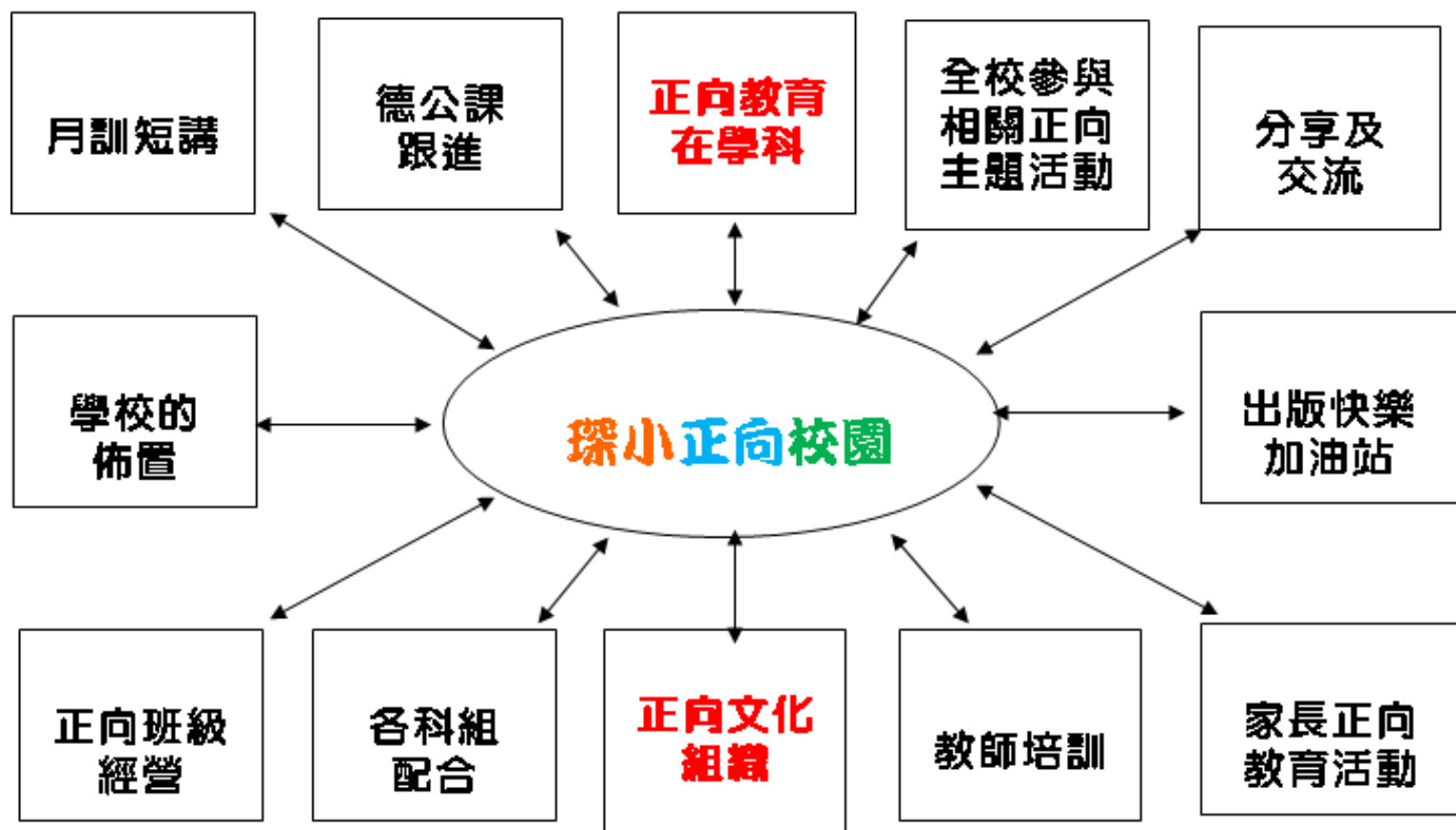
1. 在1-6年級的德公課課程內加入正向教育的內容
2. 協助學生認識自己的品格強項，發揮個人的專長

行動計劃

在課程內應用成長型思維模式(Growth Mindset)的教學語言，及運用多元策略提升學生的成就動機，促進學習

行動計劃

結合月訓短講、德公課、各學科及全校性參與的正向元素活動，協助學生認識自己的品格強項、認識達到快樂和正能量的方法



2017-2020年度 正向活動主題：

培養正向品格 活出幸福人生

Project PEAR

Positive Education Application and Research

2017-18年度開始，本校獲邀參與為期三年的正向校園計劃「Project PEAR」，計劃獲得賽馬會慈善信托基金撥款\$3,500,000，於未來三年與香港中文大學團隊合作，發展「正向校園」。

香港中文大學社會科學院院長趙志裕教授及其團隊

理念

CAROL DWECK : MINDSET

**MARY CAY RICCI :
MINDSETS IN THE CLASSROOM**

認識「成長型思維 *GROWTH MINDSET*」
在學校和課堂的應用及實踐。

認為智力是固定的	認為智力可以成長
逃避挑戰	擁抱挑戰
遇到障礙容易放棄	遇到障礙堅持下去
認為努力是沒用的	認為努力可以幫助精通
忽視批評帶來的好處	從批評當中學習
他人成功威脅到自己	他人的成功激勵了自己

氛圍課堂內外

**Change Your Words,
Change Your Mindset**

（換個說法，換個思維）

產生不一樣的課堂，
達到不一樣的果效。

沒有「魯蛇」的校園

正向思維在學科

如何把正向元素加入常識科課程

正向內涵的課業設計

	2年級		4年級	
	學習活動	正向元素	學習活動	其他
9月	單元： 伴我成長	• 正向情緒 • 捕捉快樂 • 感恩	火山活動 (校本課程)	• 感恩
10月	小樹苗的盼望 (配合植物的生長)	• 堅毅 • 多動腦筋 • 不同的學習經驗是達到成功的「養分」 • 感恩	1. 歸納與演繹 (優化組織圖) 2. 潔淨的食水 3. 水的探究	• 多動腦筋 • 找合適方法 • 感恩
11月	我是玩具設計師 (配合：自製玩具)	• 多動腦筋 • 面對不成功的態度 • 感恩	認識大腦 工作坊(1)	• 成長型思維模式

	2年級		4年級	
	學習活動	正向元素	學習活動	正向元素
12月-1月	認識大腦 工作坊(1)	成長型思維模式		
2月-4月	- 專題研習—濃濃「琛」意賀新春 - 全方位學習週—「慈源」 「惜」物	- 堅毅 - 感恩 - 多動腦筋 - 不怕困難 - 接受失敗 - 找合適方法 - 求助 - The power of yet	1. 科學與科技活動—隔音耳罩	- 挑戰性的學習任務 - 回應性的課堂語言 - The power of yet
5月	- 科學與科技探究活動—點「紙」咁簡單 - 認識大腦 工作坊(2)		- 專題研習 - 認識大腦 工作坊(2)	

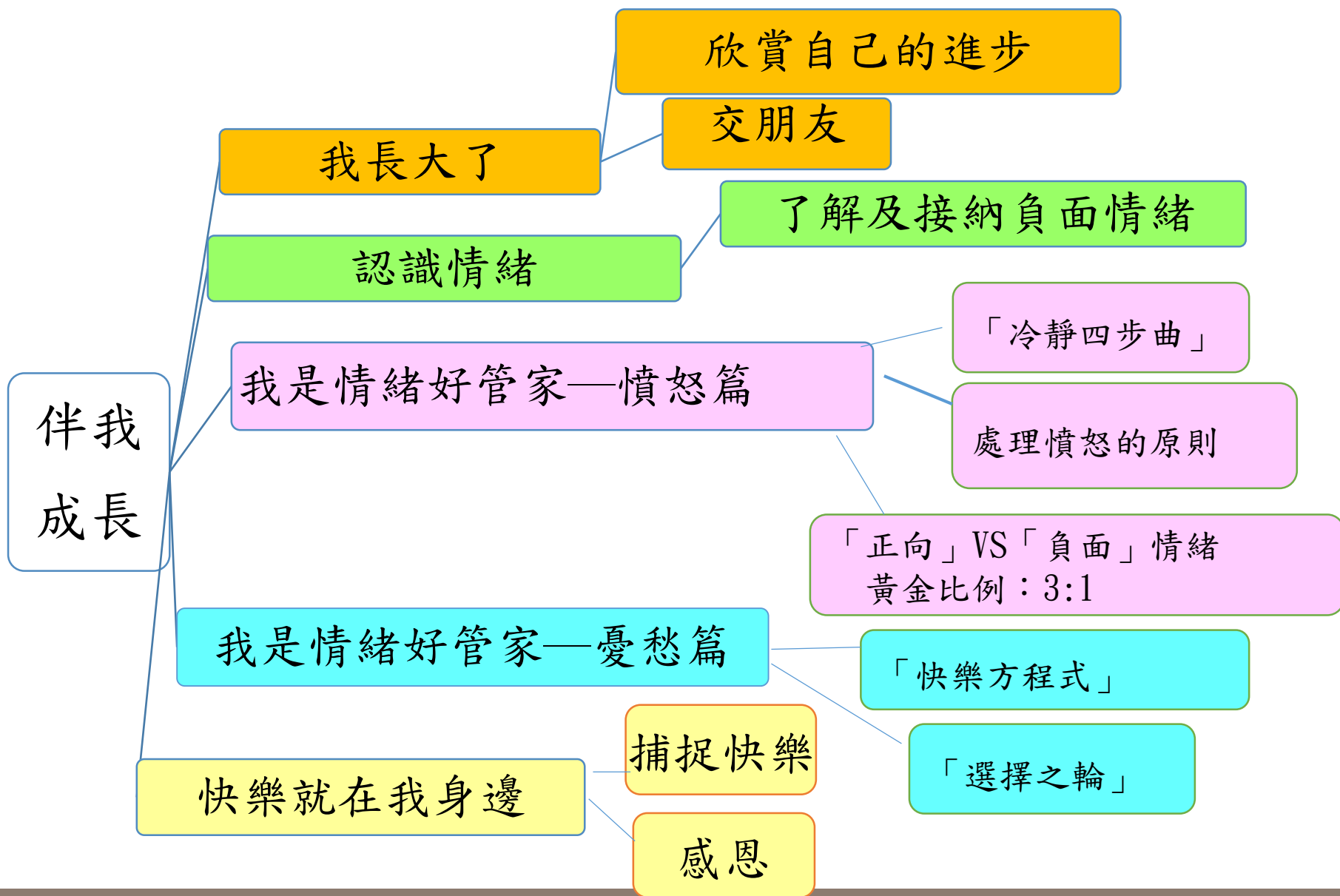
正向情緒

Our full emotional range: Permission to be human

The foundation for a happy, flourishing life is the acceptance of the full range of our emotions by allowing them to flow through us.

2018 Geelong Grammar School

單元設計：伴我成長



正向元素：感恩

Dr Martin Seligman 沙利文博士在《真實的快樂》書中提到：「對好事我們不感恩，對壞事我們誇大，這兩種行為是我們不滿意的原因。」

有兩種方法可以造成改變：

感恩會放大好處，**寬恕**會解除壞事情抓住你的力量，甚至可以將壞的記憶轉變成好的

正向元素：成就感

挑戰是成長型思維的關鍵

- 沒有挑戰，學生就沒有機會嘗試冒險，學習成敗，以及從中領略到如何重新站起來。
- 杜維克(Carol S. Dweck)稱之為「進步感」(sense of progress)是發展成長型思維的核心。

安妮•布魯克Annie Brock、希瑟•韓德利Heather
Hundley-----著
王素蓮-----譯

THE GROWTH MINDSET COACH
A Teacher's Month-by-Month Handbook for
Empowering Students to Achieve

Growth Mindset

認識大腦工作坊

從動畫、遊戲和分享中讓學生明白智力是可以成長的

促進師生互動的共通語言



Hi, 我係
Mojo



我係
Katie

我們與Mojo 一起接受挑戰

富挑戰性的學習任務

「慈源」「惜」物

正向元素：人際關係

成長型思維與班級經營：

安妮.布魯克Annie Brock、

希瑟.韓德利Heather Hundley引述兩項研究：

1. 正向的師生關係(特別是對被列為在學業上高風險的學生)，有助於促使學生在課業上投入更多努力，同時提升他們在學業能力上的信心；
2. 正向的師生關係可以增進學生彼此之間的關係，同時也提升他們對於課業的參與度

正向元素：人際關係 成長型思維與班級經營

1. 透過穩固的師生關係可塑造一個適合於學生全心接納成長型思維的教室
2. 影響學生思維的最佳起點在於建立美好關係的基礎上

正向的教師語言：一切從「回饋」開始

- 稱讚「過程」，而不是稱讚「聰明」
- 善用「**Not Yet** 尚未做到」
- 欣賞努力，策略和進步
- 鼓勵學生尋找可行解決方法

正向氛圍的課室管理

(Responsive Classroom Management)

Morning
meeting

Interactive
Modeling

Reinforcing、
Reminding、
Redirecting
Language

建構一個安全且滋養的教室

成長導向的師生關係

1. 學生知道老師對他們的能力有信心

2. 學生跟老師在一起時有安全感。

3. 學生尋求並接納老師的評語。

4. 學生知道成績不如成長來得重要。

5. 學生尊敬並喜歡老師。

具挑戰性的學習
任務

The diagram consists of five colored boxes on the right, each with an arrow pointing left towards a corresponding statement in the list. The boxes are blue, grey, orange, and yellow. The first box points to statement 1, the second to statement 2, the third to statement 3, and the fourth to statement 5. Statement 4 does not have a corresponding box.

不怕失敗及錯誤

回饋學習過程

正向的班級
經營

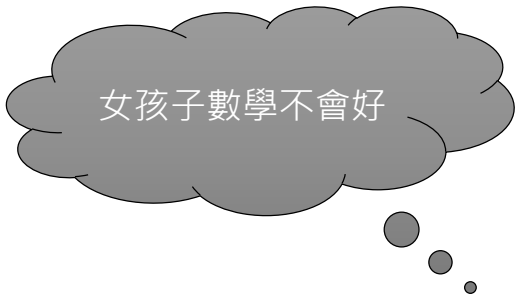
正向的課堂

在課堂如何利用成長思維模式協助學生學習

鳳溪廖潤琛紀念學校

25.5.2018

師生的改變



女孩子數學不會好



我是一個大意的人

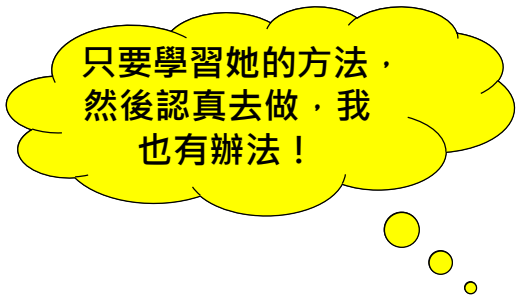
固定型思維模式

- 智力和才能是與生俱來的，是固定不變的；
- 聰明又有才幹的人，可以不用努力就獲得成功；
- 如果失敗了，那就說明你並不聰明，努力也沒用。

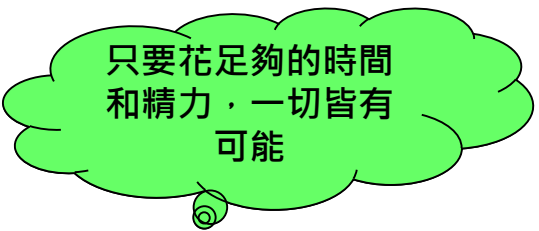
所以我們選擇不努力，也就離成功越來越遠。

原文網址：<https://kknews.cc/zh-hk/education/pxv3mj.html>

師生的改變



只要學習她的方法，
然後認真去做，我
也有辦法！



只要花足夠的時間
和精力，一切皆有
可能

成長型思維模式

- 智力是可塑的，可以通過教育和努力提高；
- 樂觀積極的態度去面對各種問題、困難和挑戰；
- 做事不易放棄，從過程中享受到樂趣。

所以我們選擇不斷努力，也就更易獲得成功。

PERMA

測量幸福的元素 –PERMA
(Seligman, 2011)

正向情緒 **P**ositive Emotion

全情投入 **E**ngagement

正向關係 **R**elationship

意義 **M**eaning

成就感 **A**chievement

原文網址：http://www6.cityu.edu.hk/ss_posed/content.aspx?lang=zh&title=13

數學課堂

- P • 課前熱身預備
- E • 投入活動,富挑戰性
- R • 注重關係
- M • 清楚學習目標
- A • 收穫

數學課堂

靜觀

討論點 1

討論點 2

檢視功課、學習時間、
抄筆記

挑戰

延伸學習



數學課堂

- 乘數表聖誕卡

數學課堂

- 誠心誠意乘數表

數學課堂

- 數學小偵探

數學習作

- 紅黃綠

數學習作

- 印章

謝謝