

「中小學教師交流日」

分享題目：正向邁步亮人生

英佩詞校長
謝活之副校長
莫少初主任

我校辦學團體的宗旨以儒家仁愛精神為辦學之理想，以「文、行、忠、信」四教為轄屬學校之校訓。

除了注重培養同學正確的價值觀之外，亦希望增加同學的幸福感、提升他們的抗疫力。針對以上的需要，本校在2019年重點推行「正向教育」。經過三年來的宣傳及推廣，同學、老師及家長對「正向教育」均有一定的認識。

在此條件下，本校於2022-25的三年計劃中就以「書林遨遊思廣博、正向邁步亮人生」為全校主題，希望在未來的三年裏，進一步促進正向教育，讓同學活出豐盛人生。

2022-2025年度全校主題(Areas of Concern)

書林遨遊思廣博

正向邁步亮人生

學校本年度的主題為「書林遨遊思廣博、正向邁步亮人生」，透過「P. E. R. M. A.」的模式促進正向教育，讓同學活出豐盛人生。

主軸為校本的生活教育課，加上各科組的配合，加強培育學生十種首要的價值觀及態度，建立同學的正面價值觀，從而提升他們的幸福感。



價值觀教育

價值觀教育是全人教育的重要元素，通過各學習領域／學科課程的學與教，以及其他相關的學習經歷，**培育學生正面的價值觀和態度**；幫助他們在成長的不同階段，當遇上難題的時候，懂得辨識當中涉及的價值觀，作出客觀分析和合理的判斷，**方能面對未來生活上種種的挑戰**。



北山堂基金
Bei Shan Tang Foundation



POSITIVE
EDUCATION
HONG KONG

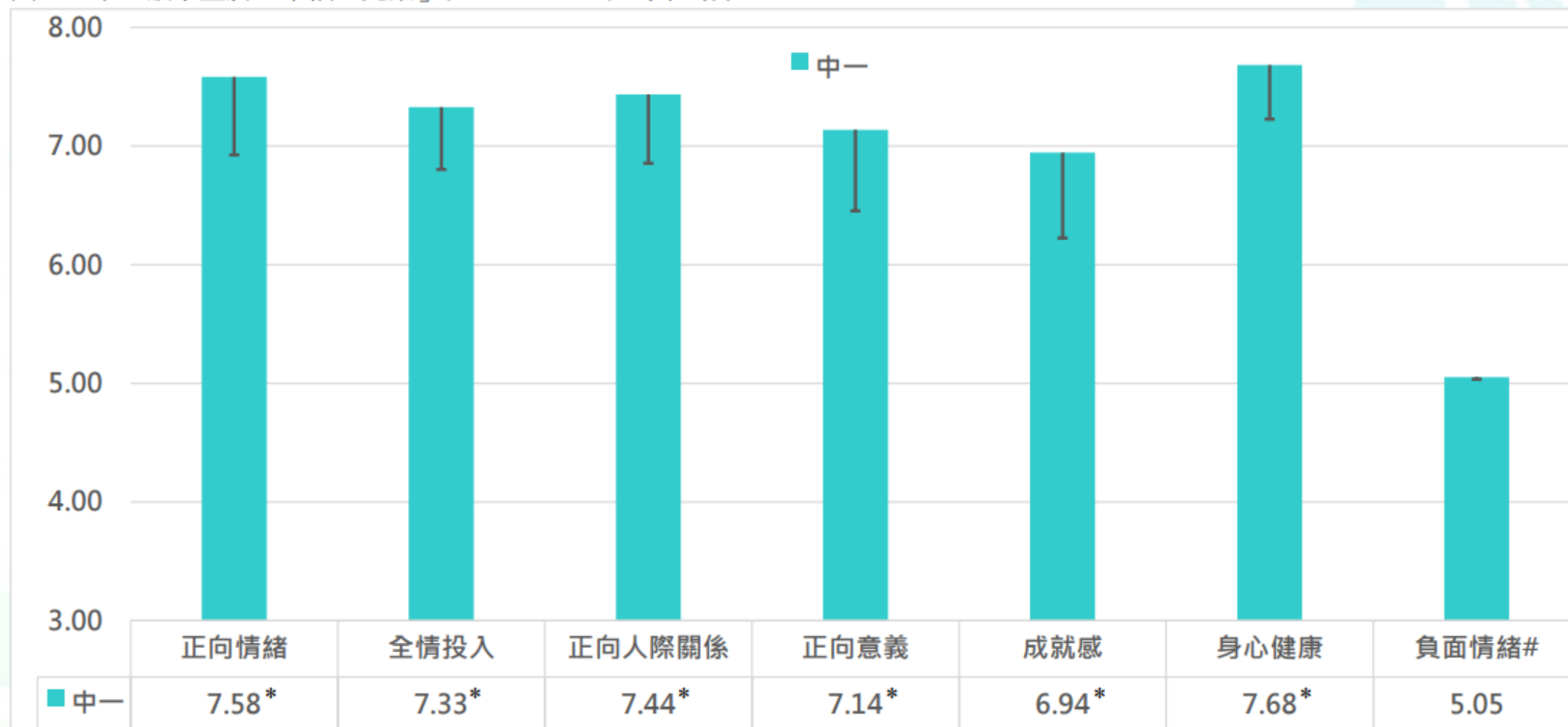
北山堂基金
正向教育問卷調查
2022-23 學年 第一階段
校本報告

順德聯誼總會梁銶琚中學

目錄

1. 引言.....	第 4 頁
2. 如何使用本報告.....	第 4 頁
3. 研究設計.....	第 4 頁
4. 研究方法.....	第 5 頁
5. 研究發現—學生.....	第 6 頁
6. 研究發現—教師.....	第 20 頁
7. 研究發現—家長.....	第 27 頁
8. 討論.....	第 33 頁
9. 結語.....	第 34 頁
10. 研究團隊及查詢.....	第 35 頁

圖三：中一級學生於「幸福七元素」(PERMA+NH)的平均分



註：幸福七元素（10 點量表：1=從不/完全沒有/非常差.....10=總是/完全有/非常好）

負向構念以「#」號標示，愈低分表現愈理想；「*」號代表本校與參照數據之間呈統計上的顯著差別

建議思考點：

1. 相對他校，數據呈現我校的學生有甚麼特色？不同年級有沒有特性？是優勢或者需要？
2. 若結合其他質性數據（例如：班主任或學科老師、家長的觀察、學生課業如週記），可能成因是甚麼？
3. 這對學生的成長及學習有何影響？

5.3.4 學生的正向發展特色

建基正向心理學的實證研究基礎，正向教育提出一系列有效提升學童及成年人幸福感、可透過教育培養的素質（技能和思維模式），適合學校按照情勢及需要作出選擇，配搭校內不同平台及工作焦點發展。根據本校的選擇，本部分報告中一級學生於「成長型思維」、「回彈力」、「強項運用」及「恆毅力」的現況。

建議思考點：

1. 數據呈現我校的學生有甚麼特色？不同年級有沒有特性？是優勢或者需要？
2. 若結合其他質性數據（例如：班主任或學科老師、家長的觀察），可能成因是甚麼？
3. 這對學生的成長及學習有何影響？
4. 是否值得學校優先發展？若是，透過甚麼平台或方式？

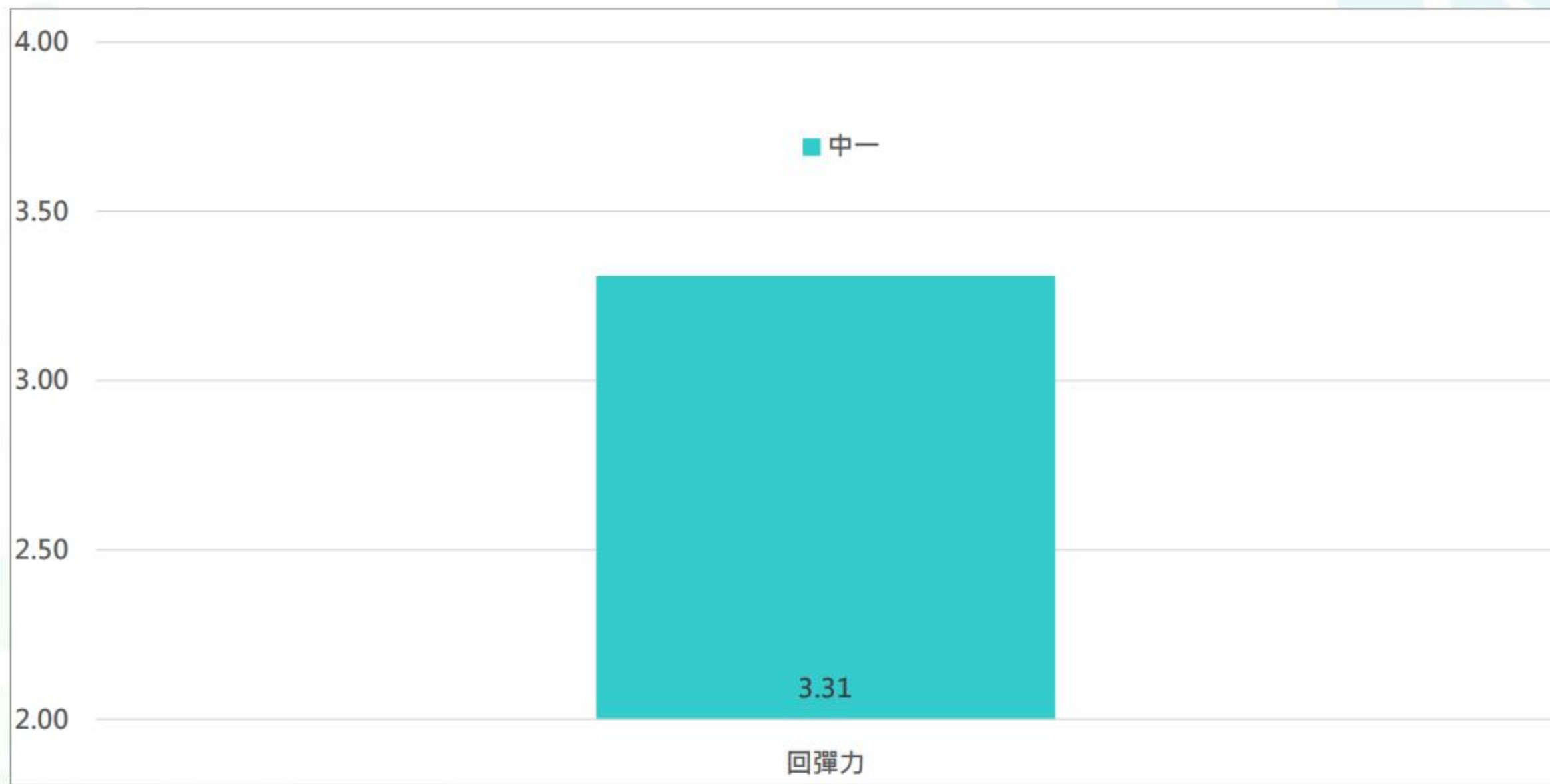
圖八：中一級學生於「成長型思維」的平均分



註：成長型思維（7 點量表：1=非常不同意.....4=沒有意見.....7=非常同意）

「*」號代表本校與參照數據之間呈統計上的顯著差別

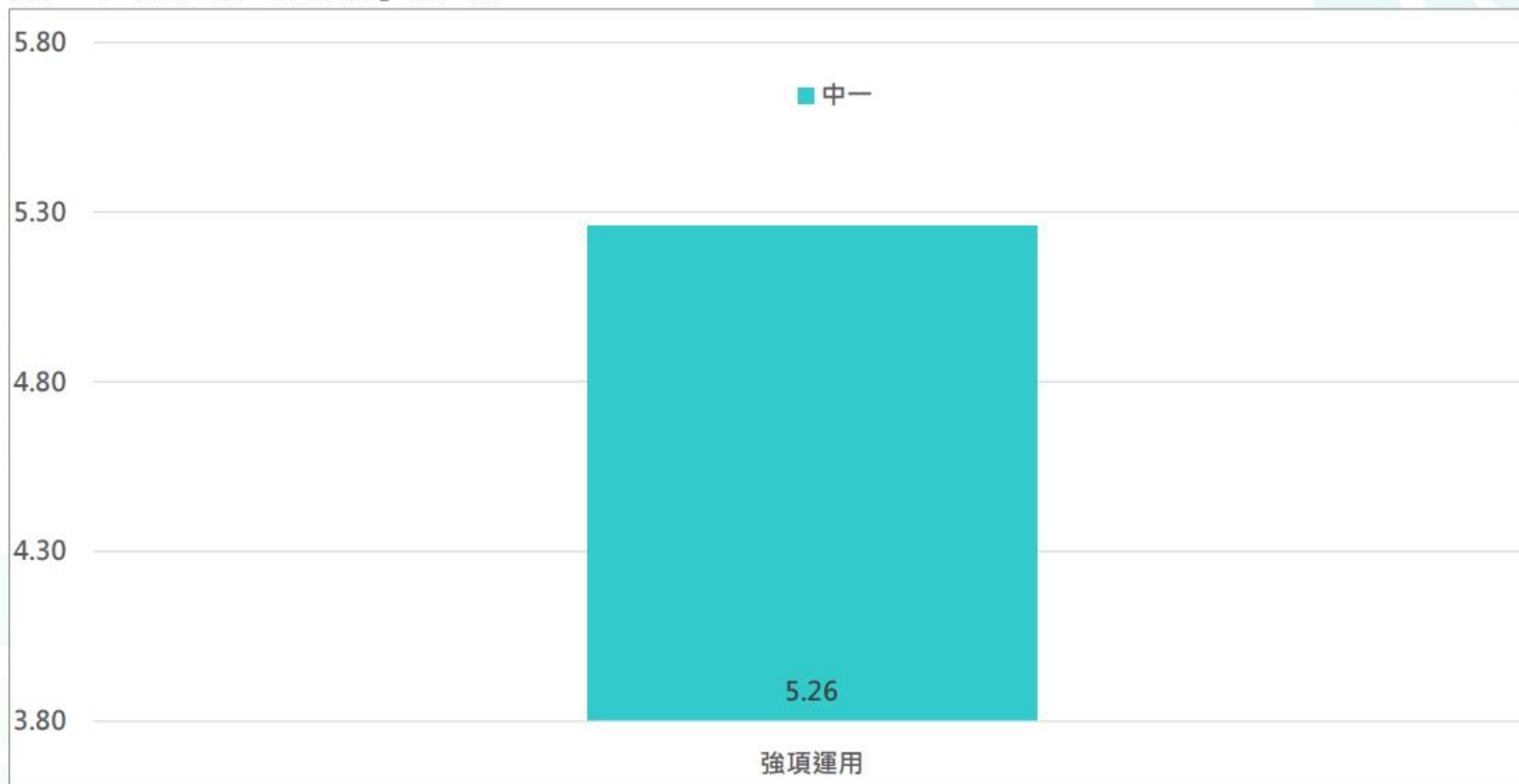
圖九：中一級學生於「回彈力」的平均分



註：回彈力（5點量表：1=非常不同意……3=沒有意見……5=非常同意）

「*」號代表本校與參照數據之間呈統計上的顯著差別

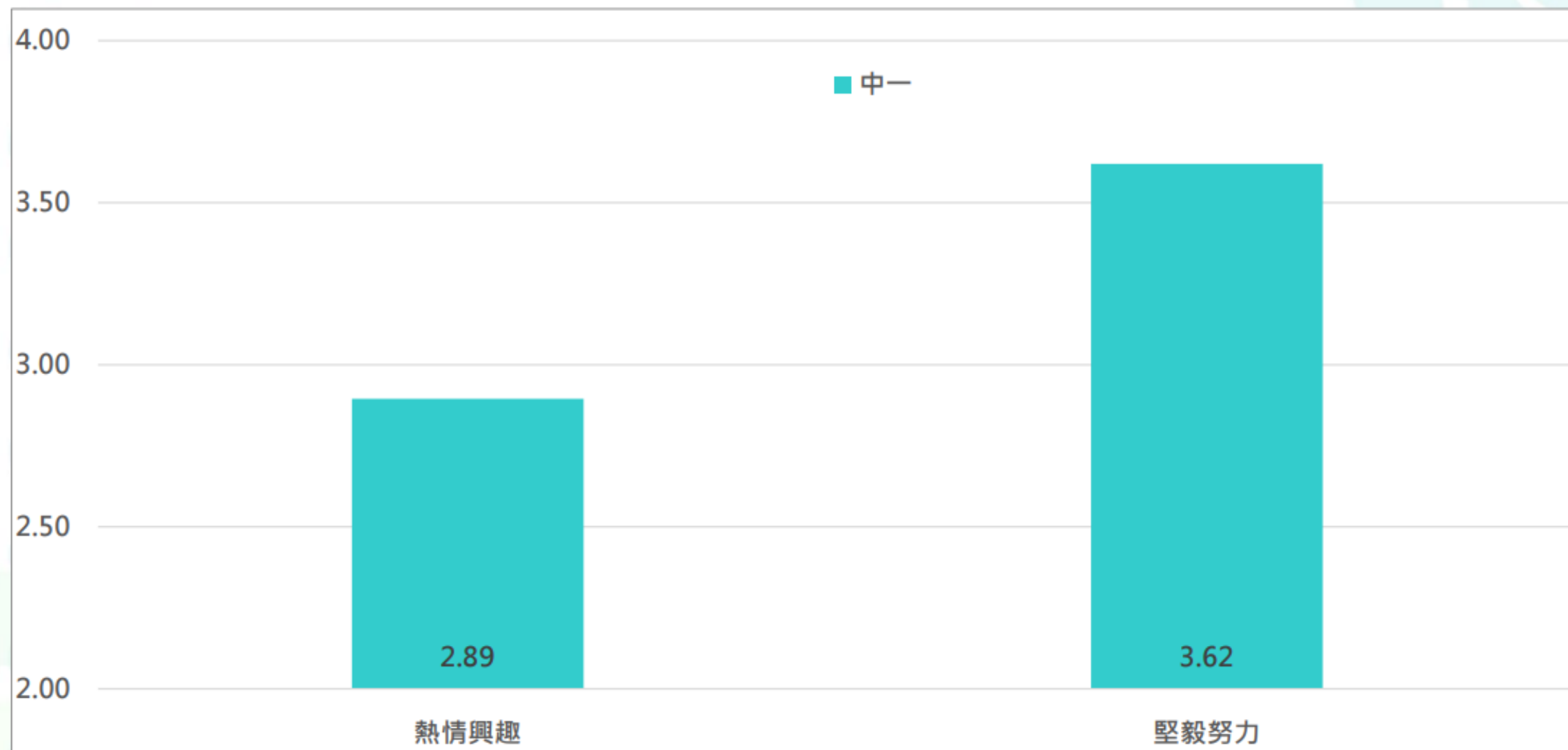
圖十：中一級學生於「強項運用」的平均分



註：強項運用（7 點量表：1=非常不同意……4=沒有意見……7=非常同意）

「*」號代表本校與參照數據之間呈統計上的顯著差別

圖十一：中一級學生於「恆毅力」的平均分



註：恆毅力（5點量表：1=一點也不像我……3=沒有意見……5=十分像我）

「*」號代表本校與參照數據之間呈統計上的顯著差別

分析：

1. 學生整體幸福感

- 生活滿意度(4.84/7) 及幸福六元素(PERMAH)(平均值為 7/10) 都明顯高於平均水平。
- 幸福六元素中負面情緒#(N) 的分數相對略低於平均水平，需要重視。(#為負向概念)
- 學生的負面情緒可能的成因為新生中一的適應、學校語境、朋輩關係、學業壓力等等，可以嘗試找出主要原因及結合老師的觀察以分析成因，以及早對症下藥。

2. 學生學業自我效能感

- 學業自我效能感明顯高於平均(5.04/7)。
- 測驗焦慮#則與平均值相約(4.30/7)，需要加強此項對學生的支援。
- 學業自我效能感及測驗焦慮#不但影響學生的幸福感，更有效預測學生實際學術表現。
- 測驗焦慮的可能來源/成因為：新環境的適應、學科與小學的分別、校內同學的競爭心態等。
- 學校可以嘗試就生命教育課、班主任、科任等作出支援。

3. 學生對學校聯繫感

- 就校內經歷(2.95/4)、社群關係(3.15/4)、師生關係(3.38/4)三個範疇都高於平均。
- 以上三個範疇可以顯示出學校的班級經營及校園氛圍的工作成功使學生產生對學校生活及聯繫感，正面影響整體幸福感及學業自我效能感。
- 其中校內經歷的平均值相對較低，教師可以安排學生參與更多認識學生及提升對學校聯繫感的活動。
- 校內經歷對於中一學生於十月時進行是次問卷調查時未必體驗太多學校活動，可以用下一次的問卷調查結果作比對，以就校內經歷有更有效分析。

4. 學生的正向發展特色

- 成長型思維(4.77/7)、回彈力(3.31/7)、強項運用(5.26/7)、恆毅力(熱情興趣(2.89/5)、堅毅努力(3.62/5))，未有提供所有學校的平均值。
- 其中熱情興趣平均值相對較低，建議學校就各活動中發掘同學的興趣，並鼓勵同學發展自己的興趣，有助提升同學的幸福感。

5. 其他研究發現

- 就補習、放學後和朋友一起、學習自己喜歡的東西或技能、幫助別人、發掘生活中的好人好事五方面，研究發現學生多在課餘時間進行以上的活動，其幸福感愈高。其中學習自己喜歡的東西或技能、幫助別人、發掘生活中的好人好事三項的關係最強。
- 學生期待上學的原因主要有：朋友相處的時間、午膳、放學、各科的課堂等。
- 本校學生均在以上各方面的次數理想，其中發掘生活中的好人好事於每星期進行一次或以下的人數為 54/121 (44.6%)，建議學生提供方向予同學作反思，例如在日常中加入感恩週記。
- 是次填寫問卷的學生只為本校的中一學生，學校的政策及活動未必能夠於 9 至 10 月進行的問卷調查結果中全面反映，期望於本年度學期完結前作另一個問卷調查，調查的學生對象可以為中一至中三的學生，以使數據更加完整，亦能作前後測比對，以顯本年度政策之成效。

每月之星選舉:

1. 「承擔精神」
2. 「國民身份認同」
3. 「關愛」
4. 「同理心」
5. 「堅毅」
6. 「尊重他人」
7. 「責任感」
8. 「誠信」
9. 「勤勞」
10. 「守法」

每月之星







《每月之星(十個價值觀分享)2- 國民身份認同 - 英佩詞校長》 | LKKC

Campus TV - 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台

LKKC Campus TV - 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台 • 觀看次數：258次 • 7 個月前

節目名稱 Name of Programme：《每月之星(十個價值觀分享)2- 國民身份認同 - 英佩詞校長》 所屬頻道

Responsible Channel：學校官方資訊節目 所屬單位...

《每月之星(十個價值觀分享)9- 勤勞- 莫少初老師》 | LKKC Campus TV

- 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台

LKKC Campus TV - 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台 • 觀看次數：84次 • 4 週前

節目名稱 Name of Programme：《每月之星(十個價值觀分享)9- 勤勞- 莫少初老師》 所屬頻道 Responsible

Channel：學校官方資訊節目 所屬單位 Responsible...

《每月之星(十個價值觀分享)8- 誠信 - 盧漢煥助理校長》 | LKKC

Campus TV - 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台

LKKC Campus TV - 順德聯誼總會梁銶琚中學校園電視台 • 觀看次數：85次 • 1 個月前

節目名稱 Name of Programme：《每月之星(十個價值觀分享)8- 誠信 - 盧漢煥助理校長》 所屬頻道 Responsible

Channel：學校官方資訊節目 所屬單位 Responsible...

每月之星選舉(2月： 尊重他人)

請同學選出最尊重他人的一位同班同學，得票最多的同學將成為每月之星，將獲嘉許。(不可以選自己)

 scmok@lkkc.edu.hk (未分享) [切換帳戶](#)



*必填

班別 *

選擇

班別 *

選擇



我心目中最具誠信的同班同學姓名 (中文全名) *

您的回答

他/她的學號 *

選擇



簡述選他/她的原因 *

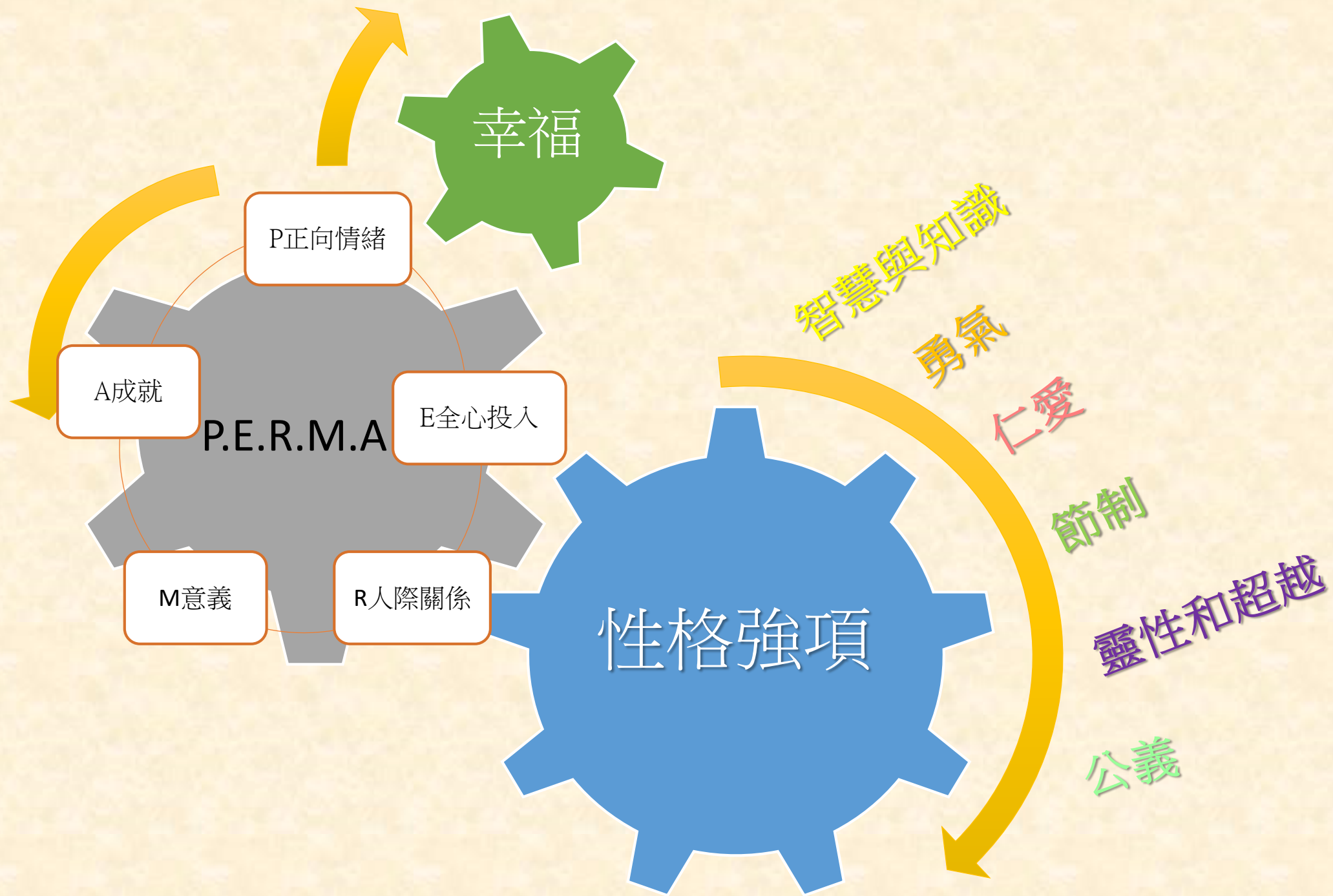
您的回答

同學有話說：

- 因為她是跑1500米的，雖然距離長和辛苦，但她也沒有放棄
- 他做什麼事情時，即使遇到什麼困難，都不會放棄，努力去嘗試，並嘗試取得成功。
- 他遇到了學習問題也不放棄，一直堅持，尋找適合自己的學習方式，不斷努力地提升自己，在學業方面有很大進步
- 他經常堅持幫助老師，儘管成績不佳但堅持在每次考試中努力
- 她除了細心聆聽同學傾訴,亦會分享自己的感受和經歷,令人十分喜歡親近她
- 我在遇到挫折時，哭著向她傾訴，她溫柔地抱著我，給我心靈的慰藉和溫暖



生活教育科



生活教育課有關正向教育的課題

年級	課題
中一	性格強項(六大範疇)
中二	正面情緒、投入感和人際關係
中三	正向健康（抗逆力）、人生意義和成就感
中四	團隊合作、人際關係
中五	關於失敗、抗逆力e.g.失敗履歷表-減壓歌單
中六	情緒、壓力、失敗、成就感

請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你社交智慧的分數	
A: 上個月我曾主動去幫別人的忙	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我對別人的好運不像對我自己的好運那麼熱衷	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你仁慈的分數	
A: 在我一生中，有很多人關心我的感受和幸福，就像關心他們自己的一樣	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我不太習慣接受別人對我的愛	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你愛與被愛的分數	
A: 當我在團體中，我盡力做好自己的本分	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我對犧牲自己利益去維護團體利益很猶豫	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你團體精神的分數	
A: 我對所有人一律同等待遇，不管他是誰	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 假如我不喜歡這個人，我很難公平的對待他	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你公平的分數	
A: 我可以讓人們自動自發的做事，不用去勝叨	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我對計劃團體活動不太在行	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你領導能力的分數	
A: 我可以控制我的情緒	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我的節食計畫都是虎頭蛇尾，半途而廢	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你自我規範的分數	
A: 我避免參與有身體危險的活動	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我有的時候在交朋友和愛情上做了不良的選擇	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你謹慎的分數	
A: 當人們稱讚我時，我會轉換話題	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我常常吹噓自己的成就	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你謙虛的分數	

A: 過去的事我都讓它過去	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 有仇不報非君子，總要報了仇才甘心	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你寬恕的分數	
A: 上個月，我深受絕妙的音樂、藝術、戲劇、電影、運動、科學或數學的感動	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我去年沒有創造出任何一件美的東西	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你對美麗及卓越的欣賞的分數	
A: 即使是很小的事情，我也會說謝謝	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我很少停下來想想自己有多幸運	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你感恩的分數	
A: 我總是看事情好的那一面	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我很少想清楚了才去做	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你希望的分數	
A: 我的生命是有很大的目的	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我的生命沒有目標	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你靈修性的分數	
A: 我總是儘量將工作與遊戲摻雜再一起	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我很少說好玩的事	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你幽默感的分數	

突顯強項統計表

智慧與知識	勇氣	仁愛	公義	節制	靈性及超越
好奇心 _____	勇敢 _____	社交智慧 _____	團隊精神 _____	自我規範 _____	對美艷與卓越的欣賞 _____
喜愛學習 _____	毅力 _____	仁慈 _____	公平 _____	謹慎 _____	感恩 _____
判斷力 _____	真摯與真誠 _____	愛與被愛 _____	領導才能 _____	謙遜 _____	希望 _____
創造力 _____	熱情與幹勁 _____			寬恕 _____	靈修性 _____
洞察力 _____					幽默感 _____

一般來說，你會有五項或小於五項得到 9 分或 10 分，這是你最常用的突顯強項，你也會有一些項目介於 4 到 6 分之間的低分數，這些是你不太常用的性格強項。

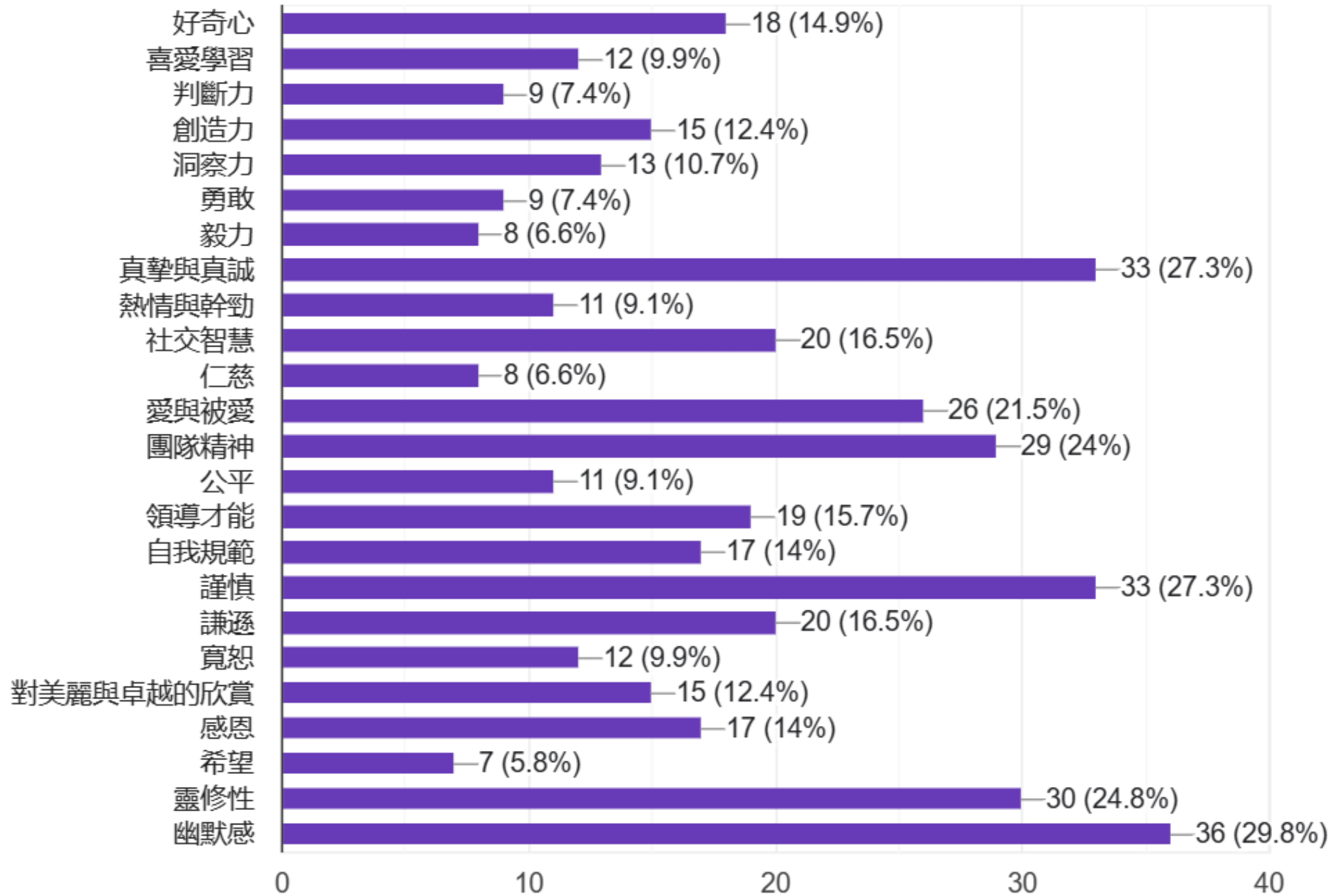
此測量表取自於 Dr. Martin E. P. Seligman 「真實的快樂」



請同學回家填寫問卷，根據指示填寫各個性格強項的分數，並於 9 月 1 日前透過以上的 Qr Code，連結到 Google form 填寫最高分的三個性格強項。此外，同學亦需於 9 月 1 日當天將問卷交回班主任。

突顯性格強項測試

以下的描述你認為有多適合 / 不適合來形容你，請在右邊圈出適當的選項。	
A: 我對世界總是很好奇	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我很容易就感到厭倦	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你好奇心的分數	
A: 每次學新的東西我都很興奮	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我從來不會特意去參觀博物館或其他教育性機構	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你喜愛學習的分數	
A: 不管是什麼主題，我都可以很理性地去思考它	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我常會很快的做決定	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你判斷力的分數	
A: 我喜歡以不同的方式去做事情	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我的朋友大部分都比我有想像力	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你創造力的分數	
A: 我可以看到問題的整體大方向	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 很少人來找我求教	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你洞察力的分數	
A: 我常常面對強烈的反對	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 痛苦和失望常常打倒我	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你勇敢的分數	
A: 我做每件事都是有始有終	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我做每件事時常會分心	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你毅力的分數	
A: 我總是謹守承諾	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我的朋友從來不曾說我是個真實在在的人	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你真摯與真誠的分數	
A: 我對每件事都全力以赴	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我做每件事拖拖拉拉	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我
請將上面兩項的分數加起來，寫在這：_____；這是你熱情與幹勁的分數	
A: 不論是什麼樣的社會情境我都能融入得輕鬆愉快	5 非常適合我 4 適合我 3 持平 2 不適合我 1 非常不適合我
B: 我不太知道別人在想什麼	1 非常適合我 2 適合我 3 持平 4 不適合我 5 非常不適合我



Google Drive (G:) > 共用雲端硬碟 > All subjects 1 > Life Education > 2022-2023 > F.1

班主任備課會

名稱	修改日期
LE1 : 正向教育(1) : 智慧與知識(06.10.2022)	5/10/2022 18:14
LE2 : 正向教育(2) : 仁愛(04.11.2022)	23/11/2022 11:26
LE3 : 正向教育(3) : 節制(24.11.2022)	23/11/2022 15:52
LE7 : 正向	

Google Drive (G:) > 共用雲端硬碟 > All subjects 1 > Life Education > 2022-2023 > F.2 >

名稱	修改日期	類型	大小
LE1_正向[幸福感](26.9.2022)	16/9/2022 13:57	檔案資料夾	
LE2_正向情緒(6.10.2022)	16/9/2022 13:58	檔案資料夾	
LE4_正向活動日	21/11/2022 18:14	檔案資料夾	

Google Drive (G:) > 共用雲端硬碟 > All subjects 1 > Life Education > 2022-2023 > F.3 >

名稱	修改日期	類型	大小
S3_L1 成就感	14/9/2022 18:29	檔案資料夾	
S3_L2 成就感2	29/11/2022 16:17	檔案資料夾	
S3_L3 有意義的人生	16/11/2022 13:48	檔案資料夾	
S3_L4 正向意義	10/2/2023 16:17	檔案資料夾	
2022-23 S3 Life Edu Year Planning	20/9/2022 17:13	Microsoft Word ...	47 KB

我的小確幸清單↵

請寫出最近生活中的小確幸↵

小確幸項目↵	快樂指數(1-10 分)↵ 10 分為最快樂↵	出現密度 (1-10 分)↵ 10 分為最經常出現↵
1. ↵	↵	↵
2. ↵	↵	↵
3. ↵	↵	↵
4. ↵	↵	↵
5. ↵	↵	↵
6. ↵	↵	↵
7. ↵	↵	↵

中三級 生活教育課 (24-11-2022)↓

價值觀清單←

1. 快速閱讀「價值觀清單」←
2. 將每一個選項看過兩遍，勾選最有意義的項目 (15-20 個項目)←
3. 重新閱讀清單，只選擇「真的很重要」的價值 (10 個)←
4. 按重要性排次序←
5. 在家完成後，請於 24/11 帶回校。←

<input checked="" type="checkbox"/> 價值觀清單	<input type="checkbox"/> 信仰	<input type="checkbox"/> 家人	<input type="checkbox"/> 自尊
<input type="checkbox"/> 愛	<input type="checkbox"/> 改變	<input type="checkbox"/> 服務他人	<input type="checkbox"/> 教導
<input type="checkbox"/> 成就	<input type="checkbox"/> 仁慈	<input type="checkbox"/> 領導他人	<input type="checkbox"/> 穩定
<input type="checkbox"/> 興奮	<input type="checkbox"/> 誠信	<input type="checkbox"/> 獨處	<input type="checkbox"/> 專業能力
<input type="checkbox"/> 藝術	<input type="checkbox"/> 平衡	<input type="checkbox"/> 時間	<input type="checkbox"/> 旅行
<input type="checkbox"/> 社群	<input type="checkbox"/> 歡笑	<input type="checkbox"/> 誠實	<input type="checkbox"/> 連結
<input type="checkbox"/> 快樂	<input type="checkbox"/> 影響他人	<input type="checkbox"/> 知識	<input type="checkbox"/> 休閒娛樂

	A	B	C
1	令我喜歡的部分是	什麼內容比較容易	課堂中, 如何令大家學得更豐富? (可多於一項)
2	一分鐘的一生	無	好
3	bingo	達成目標	播video
4	無	無	無
5	The teacher	Idk	More questions and interactions
6	一分鐘蒼蠅		互動
7	玩bingo	與別人分享	跟大家互動
8			
9	Ur passionate	Successful	More activity
10	Bingo	夢想	多啲討論活動
11			
12	BINGO!	想做的事而有成就	更多交流
13	看動畫		
14	Bingo	沒有	沒有
15			
16	麥兜影片	Bingo 遊戲	有禮物
17	要我寫我渴望要佢去旅行		
18	看影片		玩遊戲

最令我深刻的部分是：	我認為本課堂有以下改善之處：
玩遊戲	氣氛熱鬧點
學生做動作	沒有
玩遊戲	自己分組
沒有	沒有
課堂中的活動	沒有
分組活動	
No	No
Play game at last	不要靜觀
同學含笑半搖頭	不同的動作應該難度要平均
靜觀	Nothing
	取消靜觀
做動作遊戲	No

最令我深刻的部分是：	我認為本課堂有以下改善之處：
抄gif	No
影片好放鬆	
330	沒有
GIF	太長
小薯茄	影片能短些
都很深刻	沒有
Pomato video	
上課	沒有
Games	No

迎新活動 29/8/2022
(班級經營遊戲活動)

敬師日活動

- 以本校設計的敬師卡，提供給同學，鼓勵他們向所尊敬的老師表達謝意，如有需要，亦會幫助同學把敬師卡，寄給他們小學老師，感謝之餘，亦將這個**感恩**的信息傳開去。

教職員發展日24/10/2023：正向教育分享

A journey of positive education in the midst of
challenges

香港聖公會何明華會督中學：陶宇汶老師

聖誕嘉年華 2022

2023中一親子活動日：
正向親子活動及親子電影

正向遊戲活動 (性格強項)

24/11/2022

正向遊戲活動 (成就感)

26/4/2023

家長教育

2023的中一迎新日，進行了一個有關情緒控制及精神健康的講座，藉着家長教育，鼓勵家長，多注意身心健康。

16/9的家長教育，主題為：幸福方程式「如何建立正面人際關係」。

25/2家長日講座

順德聯誼總會梁銑珺中學

中國語文科

正向教育標語創作比賽「擁

2022-2023

中國語文科 正向教育
「擁抱正向」標語創作比賽表格
2022-2023

班別: _____

「擁抱正向」標語創作比賽表格
2022-2023

班別: _____

面	對	困	難
正	向	人	生

示例 2

關	懷	關	愛
互	助	互	勉

學生作品

正	向	人	生
開	心	學	習

姓名: _____

班別: _____

示例 1

面	對	困	難	有	信	心
正	向	人	生	要	感	恩

示例 2

關	懷	關	愛	齊	幫	忙
互	助	互	勉	誰	都	可

學生作品

挽	手	互	勵	肩	並	肩
正	向	價	值	在	身	邊

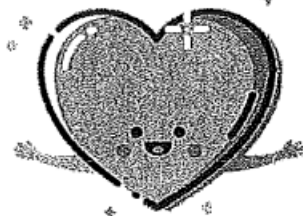
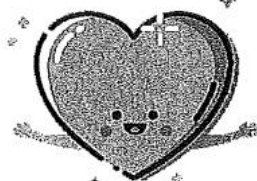
面	對	困	難	有	信	心
正	向	人	生	要	感	恩

示例 2

關	懷	關	愛	齊	幫	忙
互	助	互	勉	誰	都	可

學生作品

相	互	扶	持	顯	關	愛
溫	暖	笑	容	要	常	在



Public Speaking Competition: Growth Mindset

S1 Champion

Hello everyone, I'm Leonard from 1d. Allow me to ask you something, and failed so much that you got so frustrated and gave up. Speaking of giving up, let me tell you a story about Thomas Edison and the lightbulb, which is commonly seen and used nowadays. He asked. Like most inventors, Thomas Edison struggled to make the assistant said, 'All our work is in vain. We have learnt nothing. We've come a long way and learnt a lot, we now know that there are a good lightbulb.

What this conversation teaches us is that when we lose, we don't give up. We take what we made the last time, and we improve this time, so we succeed. Thomas Edison had that in mind, so he saw each loss as a learning opportunity.

More importantly, whether we fail or not doesn't matter. What matters is what if you did this, so what if you did that, if you don't gain anything? You might as well just fail that case. Like Thomas said, it took him an invention of 2000 steps.

And in reality, you're supposed to lose on your journey to success. That's why you fail. And yeah, the journey to your dream is hard. It's hard because it requires you to fail again and again and again, it's a frightening and emotionally painful experience. Thomas Edison failed 2000 times. Could you fail 2000 times? And that's why he ultimately succeeded.

Since chasing your dream is so hard, most people don't do it. They don't chase their dreams because they're afraid to fail, and they don't want to take the risk. So they end up accomplishing nothing. But how does one enjoy success if one doesn't lose?

S2 Champion

2A Anna's speech: positive thing

Hi, everyone! I know you guys are going home to enjoy your entertainment anyway so listen up.

The theme of the competition is: feeling confident and making something positive is like a colorful rainbow. It's relaxed and outgoing.

Have you ever wondered why people live? It can change our lives in many ways.

First of all, we can solve the issue of a half-full water bottle. Imagine

S3 Champion

HARD WORK IS THE KEY TO SUCCESS

Good morning, ladies and gentlemen. It's an honor to be here today and to talk about a topic which is very important—whether hard work is the key to success. Have you ever wondered about what's hard work? What's success? Success can be defined differently by people. Maybe you will think your success is to graduate from Hong Kong University, or yours is to become a famous doctor who can save people's lives. Everyone can define success.

How about hard work? It can be defined as hard and work, which means that hard work is hard because you are working hard all the time. So now you know what's hard work and what's success.

校園環境

海報設計

壁報設計

午讀

- 每天午讀是同學多年來的習慣，今年開始，閱讀篇章當中，加進了正向教育的文章，讓同學可在文字的世界裏，領略及感受正向教育的意識。

順德聯誼總會梁銑琚中學 學期末 學生問卷

親愛的同學：

您好！學校現正與北山堂基金（以下簡稱「北山堂」）進行一項有關正向教育的研究計劃，我們誠意邀請您參與填寫問卷，希望藉研究所得的資料，推動學校和本港正向教育的發展。

問卷以網上問卷形式進行，內容圍繞您個人的心理健康及對學校生活的觀感，需時約30分鐘。我們保證研究所得的資料會絕對保密，相關分析亦將只用於學術研究及學校的改善工作，並不會對您在學校的表現或評價造成任何影響。相關的資料將於研究完成後三年內銷毀。

如您同意參與本研究，請按「開始問卷」開始填寫問卷。如有任何問題，歡迎電郵至connect@beishantang.org 與研究團隊聯絡。

北山堂基金

開始問卷

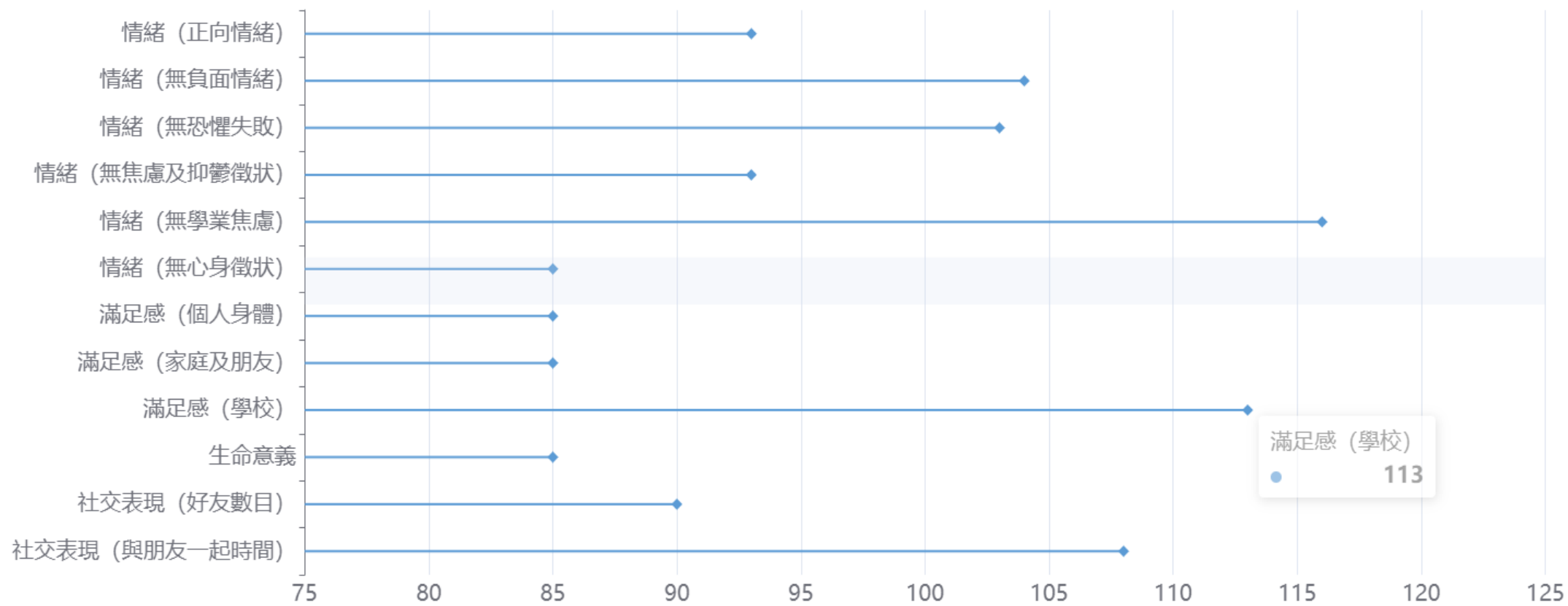
情意及社交表現評估套件(第三版)

年度報告

調查 = 學生：心理健康

回應者組別 = S1

2023-02-16 ~ 2023-06-08 [隨機]



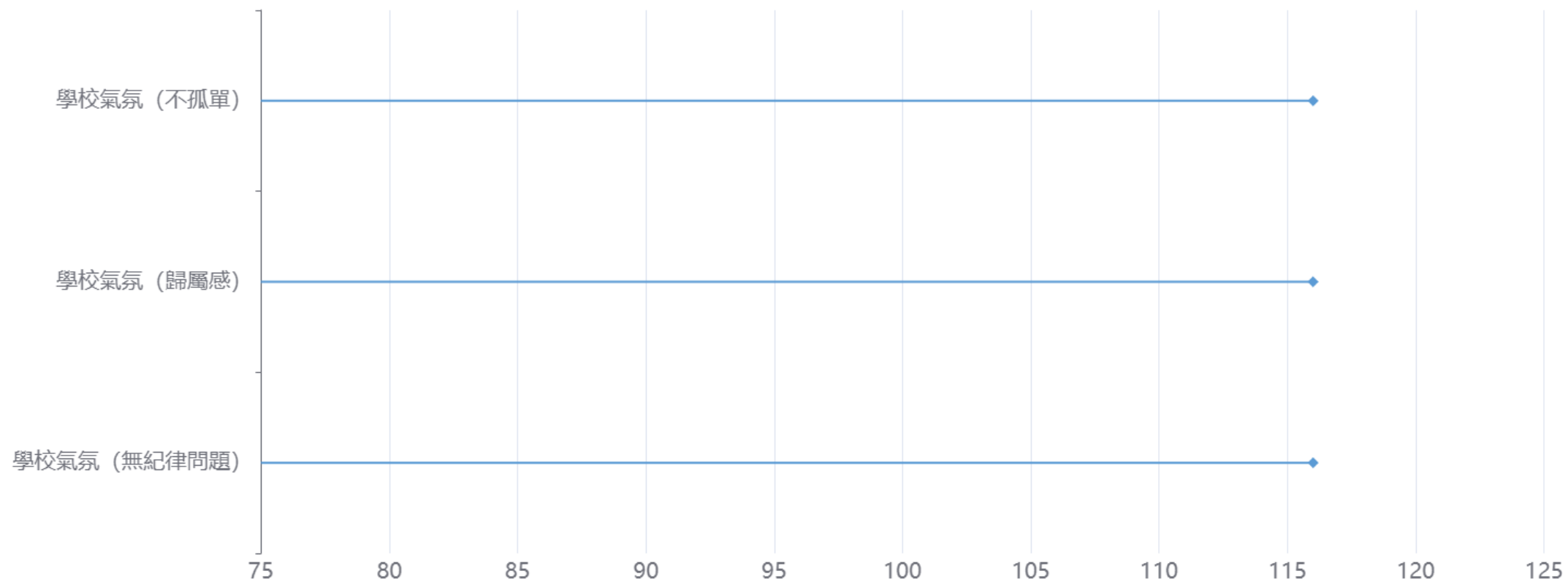
情意及社交表現評估套件(第三版)

年度報告

調查 = 學校：氣氛

回應者組別 = S1

2023-02-16 ~ 2023-06-08 [隨機]

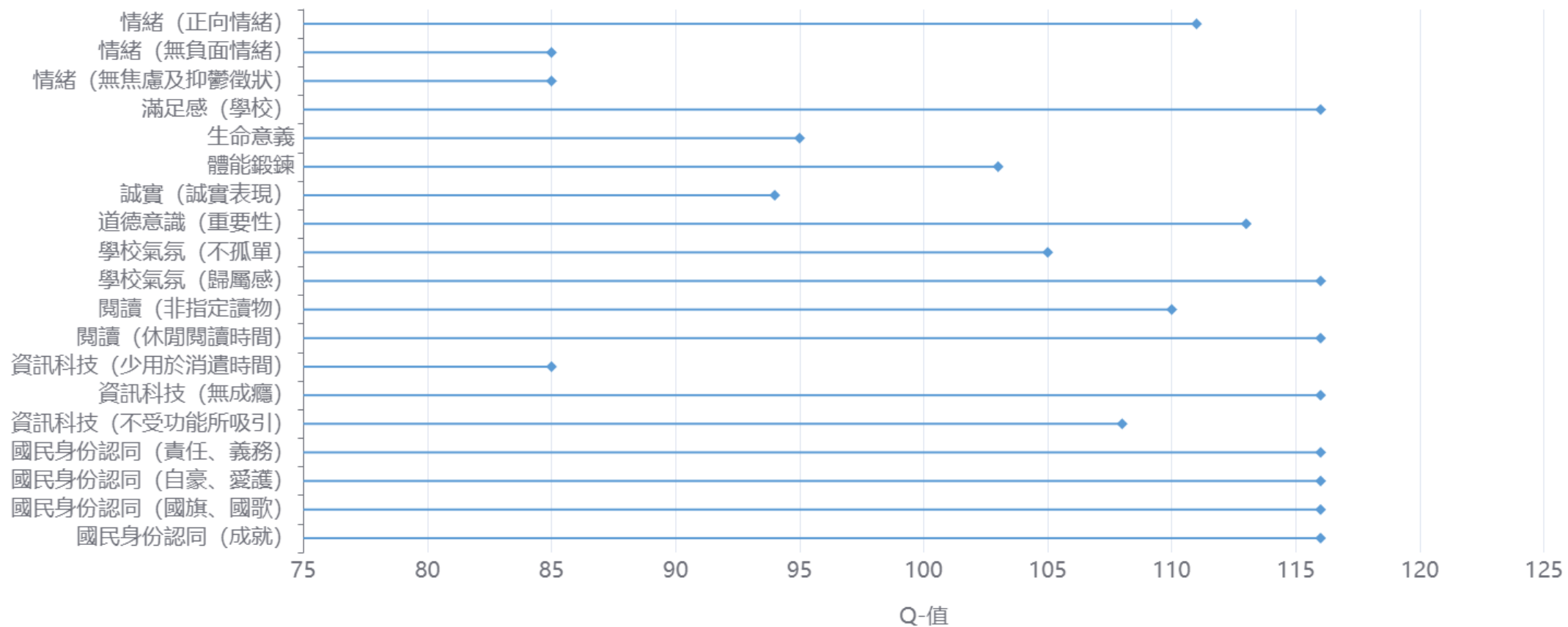


年度報告

調查 = 情意發展 (適用於KPM 17)

回應者組別 = S1

2023-02-16 ~ 2023-06-08 [隨機]



建立正向學習環境:學校必須明白推動價值教育，最有效的方法是營造氛圍，全校參與。透過不同持分者的積極參與，營造上下一心的氛圍。

從理論中學習:加強於生活教育課及其它科目中正向教育的元素。

從活動中實踐:舉辦不同的活動，於活動中為同學建立正面價值觀，以及提升他們的幸福感。

<<成功路>>

1. 校方支持

2. 同事認同

3. 深耕細作，長線投資