

<https://schoolchoice.hk/zh->

[hant/%E6%95%99%E5%A4%A7%E5%8A%A9%E5%AD%B8%E7%95%8C%E5%85%B1%E5%BB%BA%E6%A8%82%E7%B9%AB%E6%A0%A1%E5%9C%92-%E5%9F%B9%E8%82%B2%E6%AD%A3%E5%90%91%E6%80%9D%E7%B6%AD](https://schoolchoice.hk/zh-hant/%E6%95%99%E5%A4%A7%E5%8A%A9%E5%AD%B8%E7%95%8C%E5%85%B1%E5%BB%BA%E6%A8%82%E7%B9%AB%E6%A0%A1%E5%9C%92-%E5%9F%B9%E8%82%B2%E6%AD%A3%E5%90%91%E6%80%9D%E7%B6%AD)

## 教大助學界共建樂繫校園 培育正向思維

2026-02-03



【OpenSchool 專訊】學校是探求知識的場所，也是培育學生成長的園地，更可說是學生第二個家。老師的關懷與鼓勵，同學朋輩間的友愛及扶持，對促進學生身心健康成長至關重要。香港教育大學自 2018 年起，夥拍教育局及浸信會愛群社會服務處舉辦「樂繫校園獎勵計劃」（下稱計劃），鼓勵並支援全港中、小學建立著重連繫的校園氛圍，加強學生與學校之間連繫，同時培養正向價值觀。



除了研討會，計劃每年亦舉辦頒獎禮，表揚在推廣「樂繫校園」文化有出色表現的學校。

香港教育大學心理學系陳家承教授表示，「樂繫校園獎勵計劃」有三大目標。首先是提供建議及指引，協助學校建立「樂繫校園」文化；其次是提醒校方關注和支援易被忽略的學生，加強他們對學校的歸屬感和投入感，預防因疏離感引發的不同問題；最後是建立交流平台，讓學界互相分享推動「樂繫校園」文化的經驗和成果，共同為下一代創建一個充滿活力與正能量的學習環境。



嘉賓手持的道具牌展現了計劃中，促進學生與學校之間連繫感的五大方向。

## 五種向度促進校園連繫

計劃提倡從五方面增進學生與學校之間的連繫感，包括：「行動連繫」，舉辦多元活動，讓不同能力和個性的學生也能參與其中；「人際連繫」，透過團體或班級活動促進學生社交發展，建立友愛互助的關係；「知識連繫」，調適課程提升學生學習動機，同時讓不同能力和特性的學生也能投入學習；「情意連繫」，提供機會讓學生探索自己的情緒，坦誠和恰當表達個人感受，並培養正向價值觀；「家社連繫」，提供平台助家長與學校建立互信溝通，共同關顧學生成長。五個面向各有重點，同時息息相關，互為影響。



為幫助學界掌握如何有效推展「樂繫校園」文化，計劃每年舉辦兩次大型研討會，廣邀全港中、小學校教師參加。研討會由教大心理學系的學者和專家主持，環繞上述五個面向，選取學界熱門課題作深入探討。陳教授舉例，有感學界近年對正向教育和青少年精神健康的關注程度日增，計劃曾分別以「情意連繫 關注精神健康」、「促進情意連繫 提升正面情緒」，以及「提升知識連繫 建立精神健康網絡」為題，舉辦多場教師專題研討會，從心理學角度探討教師如何向學生灌輸精神健康的資訊和處理情緒及壓力。



計劃每年舉辦大型研討會，得到不少學校參加。

## 表彰卓越典範 樹立學界標桿

除了舉辦大型研討會外，計劃亦會每年頒發不同的獎項表揚在營造「樂繫校園」方面有卓越表現的學校，並以此作為楷模，讓其他學校借鏡其成功經驗和心得。陳教授稱，計劃至今累計有超過 280 間學校參加，頒發逾 720 個獎項，不少學校更是每年參加，持續獲獎，成績優異。中華基金中學正是最佳例子，該校自首屆計劃開始，積極響應及參與，並獲頒多個獎項，其中包括：特別獎、創新大獎、傑出大獎，以及持續卓越大獎等，堪稱學界典範。

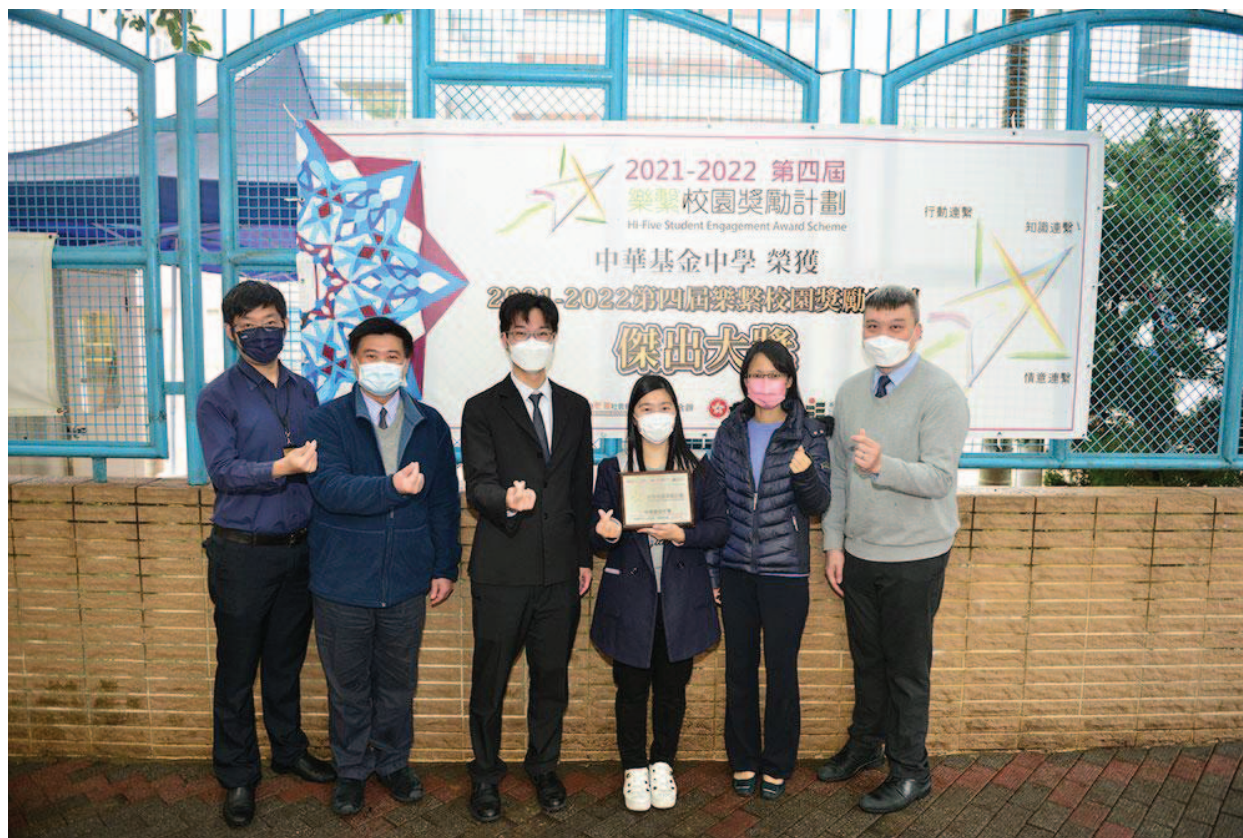


何迪信校長（左）和梁瑜珊助理校長表示，該校重視培養學生正向價值觀。

## 中華基金中學 連續六年獲獎

中華基金中學校長何迪信認為，學生每天有超過三分之一的時間在學校度過，他們能否投入校園生活直接影響其學習表現，以至其他方面的發展與成長。為學生營造一個愉快、充滿愛與關懷的環境，才能令他們對學校建立歸屬感，投入校園生活。另外，學校亦重視學生正向思維的培育，這方面跟「樂繫校園獎勵計劃」的理念不謀而合。正因如此，校方多年來積極參與計劃。

負責學生事務的梁瑜珊助理校長指，計劃提倡的五大發展綱領給予校方清晰明確的指引，作為制定策略時的重要依據。該校採取全校參與策略，推展「樂繫校園」文化，並從多方面入手，培育學生的正向思維，特別是「堅毅」、「勇氣與信心」，「勤勞、持續學習與自我提升」等特質和價值觀。



中華基金中學曾多次獲頒「樂繫校園獎勵計劃」獎項

## 擁抱失敗 以堅毅信念 應對成長挑戰

何校長深信，學生在學習和成長路上難免會遇到挫折，堅毅的信念可以幫助他們面對逆境，應付各種考驗和挑戰。為培養學生的堅毅精神，學校每年舉辦為期七天的「失敗週」，藉由各項精心設計的活動，讓學生學習面對失敗、接納失敗，從失敗中成長。

挑戰擂台是其中一項重點活動，學生要在限時內不斷嘗試將四至五顆石塊疊起。遊戲看似簡單，但由於石塊的大小和形狀不一，非常考功夫，更要經歷無數失敗始能成功。學生無論成功挑戰與否，都有機會分享自己面對失敗的體驗和感受。何校長形容，遊戲的意義不在於勝負，而是讓學生感受挑戰的樂趣，同時明白每次挑戰都是成長的機會，從而提升在面對困難時的勇氣和信心。

除了挑戰擂台外，還有「失敗名人」書展。學校圖書館主任搜羅了一系列關於成功人士的失敗故事，這些故事展示了他們如何克服困難，最終取得卓越成就。展覽旨在鼓勵學生透過閱讀成功人士的經歷，內化那些能夠戰勝失敗的特質和心態，例如勤勞、堅毅，永不言棄等。透過這些真實的經歷，學生認識到失敗並不是終點，而是邁向成功的重要一步。

「失敗週」另一焦點活動，是「逆流饗宴」。全校師生也能參與其中，精選勵志同時能夠振奮人心的歌曲，作為「逆流之歌」，推薦給其他教師和學生欣賞，並在操場展示能發放正能量的歌詞，營造正向氛圍。何校長更會聯同師生在壓軸的音樂會上獻唱，將歌聲轉化為力量，為全校打氣。活動不但有助營造正向氛圍，更可促進師生之間的情感聯繫和相互理解。



中華基金中學舉辦為期七天的「失敗週」活動，旨在引導學生接納和面對個人失敗，從中學習如何突破自我限制，建立堅持的精神。

## 關顧精神健康 紓緩情緒壓力

為加強學生情緒與精神健康的支援，學校又特別設立智慧輔導室，配備電子器材及體健遊戲，讓學生透過體感活動，緩解負責情緒和釋放學習壓力。校方更會定期在輔導室舉辦靜修課，教導學生放鬆減壓的技巧，並培養自我接納與積極面對挑戰的能力。

校方精心設計的活動亦廣受歡迎，梁助理校長從中見證學生的轉變和成長。她形容，疫情停課影響學生之間的連繫與社交發展，近年開始朋輩間的凝聚力有所增強，少了紛爭，大家和平友愛，相處融洽。更重要的，是他們變得願意表達自己的情緒與感受，並學會關懷感恩。部分長期缺課學生慢慢重拾上學的動機，甚至主動參與學校活動。「這些改變都是我們所樂見的。教大專家不但給予校方許多推動樂繫校園文化的建議，還提醒我們關注較易被忽略或因各種原因出現疏離感的學生，支援他們的需要。」



學生要在限時內疊起所有石塊，看似簡單，卻非常考功夫。

談及參與「樂繫校園獎勵計劃」的得著，梁助理校長形容教師專題講座內容具啟發性，教大專家分享不少心理學知識和輔導技巧，如正面讚賞、成長型思維，以及處理情緒和壓力的方法等，可應用教學之上，有助促進教師教學專業成長。何校長認為，計劃為學界提供互相交流的平台，獲獎固然是對學校和全體師生努力的認同，但更重要的是可以借鏡其他學校的成功經驗，同時檢視自己的不足，自我完善與優化。學校未來會重點強化「家社連繫」，透過舉辦不同類型家長教育活動，加強家長對正向思維和精神健康的關注，家校合作共同關顧學生，給予支援。另外，學校亦會繼續參與「樂繫校園獎勵計劃」，積極求進。



## 從體驗活動中 領悟正向價值

馮正曦同學是校內朋輩輔導組主席，平日除了充當大哥哥主動關懷低年級的學弟學妹，了解他們的情緒和需要外，亦會協助校方籌辦不同活動，推廣正向思維。「失敗週」的挑戰擂台是其中一項，他形容遊戲雖然簡單，卻意義深遠，讓大家明白到任何人也會遇上失敗，而失敗只是一時。最重要是有接受失敗的勇氣，懂得從失敗中學習，汲取教訓，努力做得更好，就有成功的機會。他又指，籌辦活動難免遇到許多難題與挑戰，從中學會以堅毅、樂觀和積極的態度去面對，並培養出團隊合作和承擔的精神。「從前覺得這些價值觀只是抽象的概念，透過各種活動真切地體會到正向思維的重要。」



學生分享屬於自己的「逆流之歌」，並在操場展示歌詞。



學生一同演繹「逆流之歌」，為全校打氣。

另外，參與朋輩輔導讓馮正曦接觸到不同需要的同學，如 SEN、受情緒與精神健康困擾等，他們需要別人的關懷和支援，因而激發他對修讀輔導學和心理學的興趣，並立志日後成為臨牀心理學家或教育心理學家，以專業知識幫助有需要的人，學以致用，一展抱負。

「樂繫校園獎勵計劃」推出以來，成功喚起學界對「樂繫校園」文化的重視，積極透過不同的策略加強對學生的支援，學生受惠之餘，教師和學校也同時獲益，互惠共贏。



馮

正曦同學從活動中學習如何面對失敗，汲取教訓。

更多資訊：<https://q.me-qr.com/49Ba3tuM>