

名稱：4P----「正向心理」學前教育計劃

1. 目的及目標

1.1. 目的： 幫助學童建立正向積極的人生觀，促進幼兒全人發展；為學校提供專業支援，提升教師專業能力。

1.2. 目標：

1.2.1. 學生方面：

- 幫助學生懂得為自己所享受和擁有的去感恩，並感到滿足。
- 協助學生認識自己的優點，並於日常生活中把優點發揮出來。
- 培養學生的正面思想，讓他們能積極面對挫折。
- 幫助學生與人建立正面的關係，懂得運用良好的相處技巧。
- 提升學生接納自己和別人弱點，並寬恕自己和別人錯失的能力。
- 支援有特殊需要的學生，提供個別輔導，協助他們以樂觀正面的思維面對學習、情緒及社交上的問題。

1.2.2. 家長方面：

- 幫助家長明白正向心理對子女成長的重要性。
- 讓家長掌握以正向心理的方式管教子女。
- 輔助家長建立子女正面樂觀的心理質素。
- 支援有特殊需要的家長，提供家長／家庭輔導，提升以正向心理的方法面對管教子女的壓力。

1.2.3. 老師／學校方面：

- 認識正向心理的理念。
- 掌握以多元化的教學策略，建立學生的正向心理質素。
- 懂得以正面的思維處理有特殊需要的學生和家庭，善用相關轉介及專業支援服務。

2. 學校簡介和現況分析

2.1. 辦學宗旨和目標

- 協助兒童在身心、智能、社交、情緒、德育等方面有均衡全面的發展，為日後學習奠定良好的基礎。
- 提供悉心照顧及輔導，使兒童健康快樂地成長。
- 培養兒童良好的生活習慣，學習自我照顧能力。

2.2. 學校現況分析

本會目前有四所幼兒學校，於二零一二年十一月下旬，分別在各校進行「正向心理」現況調查，主要目的是了解現時學生和家長的情況和需要。有關問卷結果的詳細內容，可參考附件一的現況調查問卷綜合報告的資料。而根據這份報告的數據資料和分析結果，我們觀察到以下幾點是十分值得學校參考和跟進的：

2.2.1. 學生方面

從家長和老師們的評分結果，普遍學生在「正向心理」教育的五個課題中，家長給予的分數介乎 6 - 7 分，而老師給予的分數介乎 5 - 6 分，此方面的數據顯示家長和老師的觀察有些差異，雖然如此，但學生在各個課題上都仍有進步空間，家長文字意見反映學生從小培養正向心理，能讓他們快樂成長，肯定了推動學前「正向心理」教育的重要性。

2.2.2. 家長方面

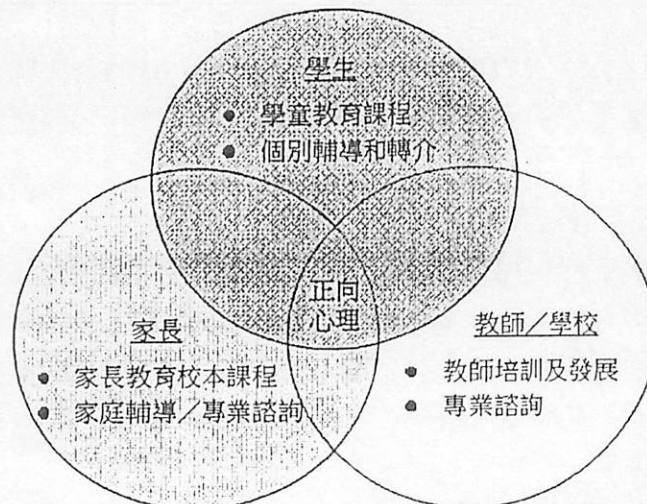
家長及教師都認同家長在照顧及管教子女上有困難、作為父母及其他方面上遇到壓力和學校需要有專業輔導人員協助家長面對上述的困難和壓力，分數介乎 6 - 8 分，而兩者認同社區提供足夠支援協助家長面對上述的困難和壓力則略低，分數介乎 5 - 6 分，家長認同掌握以「正向心理」的方法面對上述的困難和壓力則為 6.23 分，從這些數據和家長文字意見反映，家長和老師均認為家長需要專業輔導人員的支援，而家長在掌握「正向心理」的方法上可進一步提昇。

2.2.3. 老師及學校方面

老師在認同「正向心理」教育對幼兒成長的重要性評分頗高，達 8.07 分，而在掌握「正向心理」教育內容方面則評分一般，分數為 6.29 分，這些數據顯示老師認同「正向心理」教育對幼兒成長的重要性，然而，老師個人仍需要有適切的培訓，讓老師對「正向心理」的理念和方法更多掌握，以致他們能更有效地推動學生的「正向心理」教育。

3. 學校發展及策略：

綜合「正向心理教育計劃」現況調查結果，本會四所幼兒學校在來年工作計劃中，已將正向心理教育納入學校發展策略的一部分，以配合學生、家長、老師和學校的需要。此發展策略是以支援學生、家長、老師和學校這個緊密連繫的系統開始，而系統之間是互相緊扣，互為影響的：



4. 學校準備工作

4.1. 夥伴協作、專業互補

幼兒教師和社工雖然是不同專業，但兩個專業都是本着相同的信念，為學生／服務對象的健康成長謀求最大利益；本計劃結合了教師和社工的專長，互補不足，日後更可透過交流、共同研習、觀課、課後討論等活動，促進知識的發展和發揮協同效應，使學前教育的專業發展不斷進步。

4.2. 積極搜集資料和進行專業分享

本會於二零一二年九月，已開始醞釀和構思計劃主題、方向和內容，學校校監、各間學校的校長及在學前教育輔導中富經驗之社工，均積極搜集和閱讀相關參考資料和文獻等，在本年九至十二月期間進行多次專業交流討論，對計劃的發展策略和推行模式取得共識，各校校長在校務會議中，亦有搜集教師對計劃的看法及執行策略；同時，透過「正向心理」教育計劃現況調查問卷，搜集家長和教師們的意見，藉此修正計劃的推行方法，相信這些準備功夫，對於日後計劃在正式推行時，有莫大的幫助和更配合實際的需要。

4.3. 家長積極支持學校活動

根據以往數年的工作經驗，家長對於參與學校舉行之家長教育課程及親子活動均有正面的回應，而各間學校亦已透過口頭詢問及問卷形式初步了解家長的需要和困難，相信若計劃獲基金支持時，家長亦會積極支持參與各項活動。

5. 學校具備的能力／條件／設施

5.1. 延續培養幼兒抗逆力教育的成功經驗

本會曾推行多個培養幼兒抗逆力的計劃，例如「體驗生命」校本實踐計劃、全方位健康幼兒成長計劃、提昇幼兒抗逆力計劃等，當中的理念模式如效能感、樂觀感及歸屬感正好作為本計劃的理念基礎、讓老師及家長更容易理解及實踐正向教育的重要理念。

5.2. 正向心理是機構策略發展重點

機構積極推動正向心理學及身心靈全人健康的理念，在地區／單位層面持續地提供適切的預防教育工作，提升青少年的正向心理，這方面的實踐經驗能為本計劃提供很多實用的參考資料和專業意見，學校更可與本會地區單位進行合作計劃，支援學校的發展。

5.3. 學校在推展學生及家長支援工作方面的經驗

本會了解到學前教育與社會服務互相配合的重要性，因此於多年前已經開始申請外界基金，以不同的形式的社工駐校計劃支援校內有需要的學童、家長及提供專業的教師諮詢工作，有關計劃一直都得到家長及老師正面的支持，此方面服務的經驗能作為發展本計劃的重要基礎，使正向心理能更有系統、更順暢地於校內推展。

5.4. 籌辦活動經驗豐富

本會學前教育及服務由成立以來，一直積極推展各項大型社區教育計劃，深受家長及社區人士讚賞和積極參與；而自從優質教育基金於一九九八年成立，本會都有透

過申請基金的撥款支持舉行上述各項計劃，除往績令人滿意外，亦銳意將過往的工作經驗整理、擴散和深化，出版書刊，使學前教育服務的質素不斷提昇。

6. 對象及預期受惠人數：

參與學校名稱：香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園 (灣仔)
 香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園 (九龍灣)
 香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園 (將軍澳)
 香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園 (黃大仙)

直接受惠對象：4 所學校參與學生共 400 名學生、400 名家長及 40 名校內教師。

間接受惠對象：600 個學前教育機構及幼兒教師。

活動	受惠對象 (每年)		
	學生	家長	老師／學校
1. 「正向心理」學童學習課程	400 名	/	/
2. 「快樂小天使」行動及嘉許禮	400 名		
3. 「正向心理」家長教育校本課程	/	120 名	/
4. 「健康快樂家庭大使」行動		120 名	
5. 教師專業培訓及發展計劃	/	/	教師：40 名
6. 學生及家庭輔導服務	20 名	20 名	/
7. 家長及老師專業諮詢		200 次	
8. 「樂天閣」	400 名		
9. 「正向心理」親子體驗活動	400 名		/
10. 「正向心理」自學課程教材套	400 名	400 名	學校：600 間

7. 計劃背景和理念

7.1. 背景

現今香港，很多幼兒的童年不再是無憂無慮，全球疫情、經濟問題、社會文化價值觀，不單只影響成人及青少年，幼兒已被波及，他們從懂得走路後便開始承受生活壓力。「不要輸在起跑線」已成為很多家長的教育理念，很多家長為了讓幼兒長大後有較好的生活環境，由幼兒期開始已讓他們參與不同類型的課程，增加他們的競爭能力。幼兒日程的編排緊密，不單只幼兒疲於奔命，家長亦身心疲憊，構成嚴重壓力。

此外，整體香港的負能量頗高，激烈的競爭、投訴文化、缺乏理性及包容的能力等破壞了人與人之間的關係，亦同時減低人面對逆境的能力。

「龐大生活壓力造就家庭問題，一項研究發現香港家庭駕馭逆境的「抗逆力」每況愈下，以六十分為滿分，香港家庭的平均抗逆指數只有三十四點三分，較十年前同類調查下降三點四三分。」(註 1)

「曾有小孩向家長表示，覺得做人沒樂趣，不想這樣生活，有七歲名校生更因不堪學業競爭壓力，加上在校被同學排斥，變得沒自信，害怕考試，出現抑鬱情況，最終要見心理學家。」(註 2)

故此，讓兒童活得開心、活得健康、愛己愛人、珍惜家庭，必須由幼兒階段開始。而其中最可行的方案，就是透過教育，提昇他們的身心健康質素，減少負能量的形成。因此，我們需要於課程中滲入正向心理學(Positive Psychology) 的概念，培養學生的正面思考，讓他們能擁有健康的心理質素，懂得化解憂慮和不快，以便可以從容面對壓力。(註 3)

此外，家長及老師的配合皆非常重要，然而，他們亦是承受社會壓力的一份子，在本會校內亦不難發現有情緒困擾問題的家長，有家長會將自己的負面情緒向子女、配偶或家人宣洩，也有家長需要服用精神科藥物，嚴重影響日常生活及照顧子女的能力，因此，適切的支援及輔導服務是刻不容緩的。

本會學校老師曾表示在日常接觸家長中，發現他們有很多關於管教上的問題及壓力，當然老師會盡力協助，但部份問題並不是老師的角色可以解決，必須轉介給予駐校社工跟進，以不同的專業角度互相配合，讓學生及其家長得到最合適的幫助，而同時老師也得到足夠的支援。學前教育是學生成長的一個重要階段，只要結合不同專業的力量，及早在此階段解決學生和家長所面對的困擾，便可有效減少學生和家庭問題的惡化。

7.2. 理念：

7.2.1. 正向心理學 (Positive Psychology)

由馬丁·沙利文博士 (Dr. Martin Seligman) 於 1998 年提倡，其主要的內容為：

- 以客觀及科學化的方法，研究個人長處、建立正面情緒和人生觀，尋找快樂的元素，引導人達致美好和理想的生活。
- 發掘個人的內在資源，提昇個人潛能及防衛能力，建立良好的心理概念，進而提昇生活的品質。

7.2.2. 「正向心理學」的三大中心 (The Three Pillars of Positive Psychology) (註 4)

正面的主觀經歷—以時間劃分為：	過去：滿意、滿足和幸福 現在：快樂、全情投入、忘我和快感 將來：樂觀和希望
正面的特性和德行：	制定優質的分類和評核準則 發掘個人潛能和德行，藉此對抗各樣問題
正面的社群和機制：	面對社會問題，放下對立和攻擊 以不同的單位如學校和民主建制等，研究、推動和建立正面的社會環境

7.2.3. 正向心理學對人生的看法，三個向度、三個進程：

1. 愉快的人生 (Pleasant Life)

- ◆ 成功維持過去，現在和將來的正面情緒 (Positive Emotions)
- ◆ 多做樂事，在正面的主觀經歷中讓自己經常保持身心健康、心境舒暢愉快

2. 充實的人生 (Engaged Life / Fulfilled Life)

- ◆ 善用自己的長處，在人生中尋求最豐盛的滿足感

- ◆ 經常精神振奮、全情投入去做自己想做的事 (Flow)
 - ◆ 潛能盡顯，自我實現，滿有成就 (Self-Efficacy & Self-Actualization)
3. 有意義的人生 (Meaningful Life)
- ◆ 發揮自己性格優點(Character Strengths) 和美德(Virtues)，貢獻自己
 - ◆ 與別人建立正面持久的關係及樂於助人(Positive Relationships & Altruism)
 - ◆ 超越自己 (Transcendence)，為比自己更大的理想而努力
4. 整全的人生 (Full Life) / 美好的人生 (Good Life) / 豐盛的人生 (Flourishing Life)

一生經歷包含上述各項正面情緒，能發揮所長，過著稱心滿意、自在、充實及有意義的生活，並享受努力成果所帶來的幸福豐盛人生。(註 5)

8. 創意

我們留意到很多中、小學已經在其正規／非正規課程內加入正向心理學的元素，然而在學前教育方面，尚未有加入「正向心理」這個重要課題，但我們深信「正向心理」是需要自小培養，學前階段更是最佳時機培育兒童的正向心理質素，當兒童有了這個健康心靈質素，將來面對各種困難和挑戰，就有正確的態度和方法，並懂得樂觀正面地處理問題。

9. 教師及校長參與計劃的程度

- 9.1. 整項計劃的構思，主要由學校校監聯同四間學校的校長及社工共同商討策劃，而有關構思亦會於學校的恆常會議及本會的知識管理平台中向校內主任和教師匯報及進行討論，搜集他們對計劃的意見和建議，藉此促進教師間的專業交流和分享，共同推動知識分享的精神。
- 9.2. 於計劃推展期間，各校教師會按個人興趣及工作性質，安排參與各項活動之策劃、推行及檢討工作，並負責評估學生的表現與進度等，務求令全體教師都能在過程中有參與及學習機會，促進朋輩間的專業發展及協作關係，有助增強教師的專業能力。
- 9.3. 教師在發展和整理教學材料時，除了透過閱讀文獻及相關參考資料外，亦會透過經驗學習方式 (Experimental Learning)，以邊學邊做的實務手法，從中吸取教學經驗和加強團隊合作的機會，在檢討和整理資料的過程中，一方面可加強學與教的成效，另方面亦可提昇教學水平，使學校逐步邁向自我完善和發展的方向。

10. 推行方案及時間表

活動	2013年				2014年												2015年								
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
1. 「正向心理」學童學習課程																									
2. 「快樂小天使」行動及嘉許禮																									
3. 「正向心理」家長教育校本課程																									

活動	2013年				2014年												2015年								
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
4. 「健康快樂家庭大使」行動	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
5. 教師專業培訓及發展計劃			■												■										
6. 學生及家庭輔導服務	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
7. 家長及老師專業諮詢	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
8. 設立「樂天閣」	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
9. 「正向心理」親子體驗活動							■													■					
10. 「正向心理」自學課程教材套																								■	■

10.1. 「正向心理」學童學習課程

日期： 09/2013 – 06/2015

地點： 各校

內容： 由社工夥拍老師一同帶領學童活動，透過情景學習、體驗遊戲和分組討論，讓學童認識與他們生活緊扣的正向心理學基本概念，如樂觀思維、知足感恩、接納寬恕、提升快樂的方式等。

課程會按 K1-K3 學童能力而設計，並鼓勵學童在日常生活中應用所學，透過實踐行動，以締造健康快樂的校園/家庭生活。K1 學童課程主要以體驗遊戲、故事和手工藝製作形式進行，實踐項目較簡單，數量較少。K2 學童課程會加入適當的情景學習和小組討論，實踐項目會深化，數量亦會增加。K3 學童課程則較多小組討論和適量文字表達，實踐項目會再進深，數量亦會是最多的一級。

10.2. 「快樂小天使」行動及嘉許禮

日期： 09/2013 – 06/2015

地點： 各校

內容： 為鼓勵學童在日常生活中應用從「正向心理」學童學習課程之所學，透過「快樂小天使」實踐行動，以締造健康快樂的校園/家庭生活。另於學年完結前舉行「快樂小天使」嘉許禮活動，分別嘉許在 K1-K3 每級表現優異的學童，以總結及表揚全校學童之努力和恆心。

10.3. 「正向心理」家長教育校本課程

日期： 09/2013 – 06/2015

地點： 各校

內容： 就着家長及老師填答問卷資料顯示的需要，社工與學校老師共同策劃及推行家長「正向管教」教育講座。內容包括：

- 什麼是正向心理學
- 正向心理學的基本原則及原素
- 何謂正面思考及管教
- 幫助自身/子女正向抒壓之道
- 正向親子關係
- 日常生活的應用及親子互動

10.4. 「健康快樂家庭大使」行動

日期： 09/2013 – 06/2015

地點： 各校

內容：透過組織「健康快樂家庭大使」，邀請家長們共同構思如何在家居生活中，與家庭成員及親友分享相關信息及推廣健康快樂生活，並實踐有關行動。

10.5. 教師專業培訓及發展計劃

日期：11/2013 及 11/2014

地點：租用場地

內容：邀請正向心理學培訓導師，為四校教師分別舉辦兩次的教師培訓課程，以協助教師從個人層面認識何謂「正向心理學」及相關元素，加強個人正面樂觀思維和發掘個人潛能。

10.6. 學生及家庭輔導服務／專業諮詢

日期：09/2013 – 08/2015

地點：各校

內容：老師協助辨識有需要的學生和家長，需要時轉介予駐校社工，為有需要的學生及家長提供個別輔導和評估，以協助他們建立正面積極的心態，學習如何在生活壓力下時刻維持良好的心理素質，以面對及克服相關挑戰。

10.7. 家長及老師專業諮詢

日期：09/2013 – 08/2015

地點：各校

內容：駐校社工為有需要的家長提供諮詢服務，協助他們以正向方法面對有關親子管教及溝通上的困難，也為老師提供諮詢服務，按需要提供適當的社區資源轉介。

10.8. 設立「樂天閣」

日期：09/2013 – 08/2015

地點：各校

內容：透過「樂天閣」資源角的建立，於閣內擺設與「正向心理」相關的圖書、玩具及傢俱，以營造一個親切、舒適的環境供學童使用。例如：學童可善用此角落與同學們一起分享日常生活開心事，學會正面表達和溝通。

10.9. 「正向心理」親子體驗活動

日期：4/2014 及 4/2015

地點：租用場地

內容：透過正向心理遊戲工作坊及家庭活動，促進親子正面溝通和關係，同時加強家庭成員間之凝聚力及親和力，以提升健康家庭快樂氣氛。

10.10. 「正向心理」自學課程教材套

日期：07-08/2015

內容：將社工與老師設計和帶領的「正向心理」課程計劃及成功實踐經驗整理和編輯，以製作和出版相關自學教材套並分發給學童、家長及其他學校以作參考，互相分享教學成果，也藉此喚起教育界對「正向心理」更多的分享和關注。

11. 預期產品及成果

11.1. 產品

- ✔ 1,000 套「正向心理」自學課程教材套

11.2. 成果

- ✔ 加強學童實踐正向心理特質於日常生活中。
- ✔ 讓家長掌握正向心理思維模式及正向管教技巧，以應用於管教子女上。
- ✔ 從輔導過程中，培養學生及家長以正面積極的心態來處理壓力和負面情緒。
- ✔ 老師掌握正向心理的基本理念，善用專業支援服務協助學生成長。

12. 支出預算

項目	活動	金額 (\$)
12.1. 職員薪酬	a. 1 位具社工學位的社工 \$24,715 x 1.05 (強積金) x 24 個月	622,818
	小計	622,818
12.2. 服務	a. 教師專業培訓及發展計劃 訓練員費用 \$600/小時	4,800
	小計	4,800
12.3. 一般開支	a. 「正向心理」學童學習課程 活動費 (教材、教具、圖書、印刷、顏料、畫簿等) 每校約 \$16,000	64,000
	b. 「快樂小天使」行動及嘉許禮 活動費 (教材、教具、印刷、小禮物等) 每校約 \$10,000	40,000
	c. 「正向心理」家長教育校本課程 活動費 (印刷講義、文件套、茶點等) 每校約 \$5,000	20,000
	d. 「健康快樂家庭大使」行動 活動費 (教材、教具、小禮物等) 每校約 \$2,000	8,000
	e. 教師專業培訓及發展計劃場租及視聽器材 每小時約 \$1,000	8,000
	f. 學生及家庭輔導服務/專業諮詢 活動費 (特殊訓練教具、評估工具、專業參考書籍、親子圖書、教材套、小禮物等) 每校約 \$2,500	10,000
	g. 設立「樂天閣」 活動費 (圖書、玩具、小擺設、小型傢具等) 每校約 \$10,000	40,000
	h. 部份「正向心理」親子體驗活動費用 (包括交通費、營費及場地租用費等) 每校約 \$10,000 (部份費用由學校承擔)	40,000
	i. 「正向心理」自學課程教材套 設計及印刷費 約 \$25 (預計 1,000 套)	25,000
	j. 審計費	5,000
	k. 雜項 (參考書籍、文具、印務、郵費、運輸、往來活動及參與學校的交通等)	5,000
	小計	265,000
12.4. 應急費用		8,094
	小計	8,094
	總支出	900,800

13. 遞交報告時間表

13. 遞交報告時間表

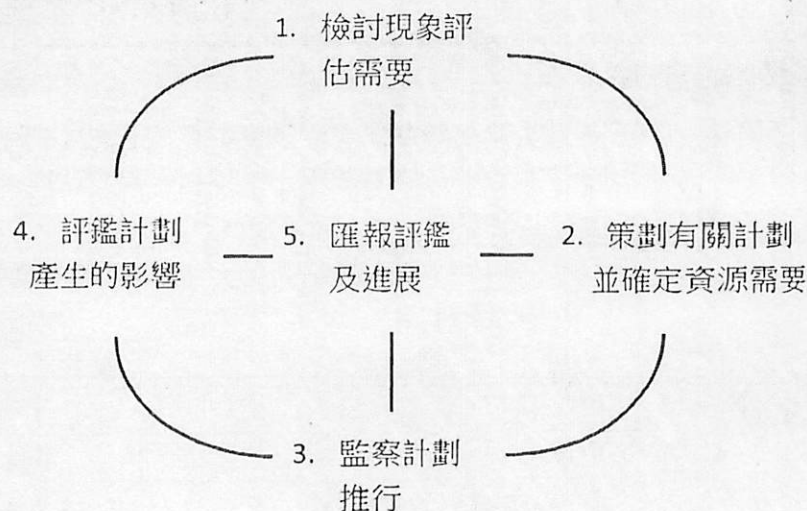
本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃進度報告 1/9/2013 – 28/2/2014	31/3/2014	中期財政報告 1/9/2013 – 28/2/2014	31/3/2014
計劃進度報告 1/3/2014 – 31/8/2014	30/9/2014	中期財政報告 1/3/2014 – 31/8/2014	30/9/2014
計劃進度報告 1/9/2014 – 28/2/2015	31/3/2015	中期財政報告 1/9/2014 – 28/2/2015	31/3/2015
計劃總結報告 1/9/2013 – 31/8/2015	30/11/2015	財政總結報告 1/3/2015 – 31/8/2015	30/11/2015

14. 評鑑模式

14.1. 評鑑模式

根據優質教育基金網頁提供有關 Melbourne University Private 撰寫之評鑑方法及推介策略顧問報告之建議模式，本計劃將參考和採用有關之評鑑模式作為自我評鑑的機制，它的五個基本部份為：



14.2. 評鑑方法

根據上述的五個基本部份，本會將在計劃的各階段引入四種的評鑑方法，有關構思如下表：

種類	推行形式	參考工具
1. 背景評鑑	– 參考本地和海外文獻、研究報告、網上資料、剪報資料、參考書籍和教師之日常觀察等，將所得的資料整理及進行需求分析，檢視各個項目的需要性和優次排列。	– 學前教育課程指引，課程發展議會 – 本地研究、書籍及剪報資料 – 海外和香港正向心理網站 – 「正向心理」參考書籍

種類	推行形式	參考工具
2. 輸入評鑑	- 根據現況分析資料，與理想情況比較，從而訂出可達致的具體目標，審視學校在人力、物力、時間、環境及其他因素上的配合，從而釐定行動計劃及工作時間表。	- 「正向心理」教育計劃現況調查問卷綜合報告（附件一） - 本計劃書有關學校課程發展方向和策略及工作計劃部份 - 有關計劃之會議
3. 過程評鑑	- 比較行動計劃在實踐上的進度，如有差異，會即時修正行動計劃及將非預期的成果整理記錄，以供其他人士參照。	- 活動檢討報告及工作會議檢討 - 進度報告及總結報告 - 財政報告
4. 成果及成效評鑑	- 根據計劃目標及行動計劃，將設計一些在成果和成效方面的表現水平，利用這些衡量準則來量度是項計劃是否成功。	- 活動統計資料 - 教師觀察 - 主要依據各項活動問卷得出的數據資料作成效分析的基礎

14.3. 計劃之成效指標

參考附件一「正向心理教育計劃」現況調查綜合報告的數據資料，學校將採用仿實驗評估方法，藉此了解推行計劃後學生、家長、教師和學校這四方面的轉變，有關各項成效指標訂定如下：

評估項目	基線數據 (現況)		基準	
	家長	老師	家長	老師
學生方面				
課題 (一)：感恩知足				
1. 懂得為自己所享受和擁有的去感恩。	5.78	5.16	6.50	6.00
2. 對自己所享受和擁有的感到滿足。	6.49	5.11	7.00	6.00
課題 (二)：樂觀思維				
3. 對未來的事情抱正面的想法。	6.38	5.71	6.50	6.50
4. 遇到挫折時會以積極的想法去面對。	5.87	4.96	6.50	5.50
課題 (三)：發展所長				
5. 知道自己的優點。	6.21	5.82	7.00	6.50
6. 知道自己的優點可在日常生活中發揮。	6.26	5.38	6.50	5.50
課題 (四)：正面關係				
7. 能與別人建立良好的人際關係。	7.01	6.16	7.50	6.50
8. 能運用良好方法和技巧與人相處。	6.63	5.53	7.00	6.00
課題 (五)：接納寬恕				
9. 能接納自己和別人的弱點。	6.22	5.18	6.50	5.50
10. 能原諒自己和別人的錯失。	6.50	5.80	7.00	6.00

評估項目	基線數據 (現況)		基準	
	家長	老師	家長	老師
課題 (六)：家長對「正向心理」教育的看法				
11. 認同在照顧及管教子女上有困難。	6.66	6.95	6.00	6.50
12. 認同面對作為父母及在其他方面上遇到的壓力。	7.05	7.14	6.50	6.50
13. 認同學校需要有專業輔導人員協助家長面對上述的困難和壓力。	7.56	7.45	8.00	8.00
14. 認同社區已提供足夠支援協助家長面對上述的困難和壓力。	5.73	5.61	6.00	6.00
15. 掌握以「正向心理」的方法去面對上述的困難和壓力。	6.23	/	6.50	/
課題 (七)：老師對「正向心理」教育的看法				
16. 認同「正向心理」教育對幼兒成長的重要性。	/	8.07	/	8.50
17. 掌握「正向心理」教育的內容。	/	6.29	/	7.00

15. 計劃成效延續

- 15.1. 是項計劃的構思意念，正是配合學校幼兒和家長目前的現況和需要，本會會有系統地整理各項實踐經驗，編輯教材套供學前教育機構和幼師參考，促進知識分享和發展；另亦會積極參與優質教育基金舉行的分享會及工作坊，向幼兒教育界別的教師及校長介紹這項計劃的實踐成果、經驗和限制等，從而提昇幼兒教育的專業發展。
- 15.2. 此計劃將是本會四間學校的重要發展策略，經過約兩年的嘗試和實踐後，這項計劃會繼續作為本會學前教育及服務的重要方向和長遠工作項目，本會會透過專業研討會、教師交流分享或出版等形式，與其他學前教育機構分享成果、可行經驗和工作困難，務求令計劃的理念和成效得以延續、擴散和加強。

16. 推廣／宣傳計劃

- 16.1. 本會承諾積極參與優質教育基金舉行及邀請的宣傳推廣活動，包括教育匯展、研討會、分享會等。
- 16.2. 計劃的產品將會去信給幼兒教育機構及相關社會服務機構等，邀請學校派人親臨本會或自備回郵信封索取產品，藉此促進教師間的交流和分享。

註釋

註 1：太陽報 2012 年 10 月 8 日報導

註 2：星島日報 2012 年 10 月 17 日報導

註 3：為孩子帶來積極人生 專訪臨床心理學家姚詠詩 (Amagram 2009 年 4 月)

註 4：基督教聯合醫務協會聯合情緒健康教育中心網頁

http://ucep.org.hk/positive_psychology/index.htm

註 5：香港小童群益會 健康快樂 8 寶全書 2010 年 6 月 頁 9

香港小童群益會 學前教育及服務
「正向心理」教育計劃
現況調查問卷綜合報告

家長填答
計劃前問卷結果

本會四間幼兒學校，計劃於 2013 年 9 月開展上述計劃，目的是透過教育課程、各種生活體驗計劃及輔導服務，幫助孩子建立正向積極的人生觀。

為了更清楚掌握現時學生和家長的情況，希望大家協助填寫以下問卷。所有提供的資料，祇會作整體資料分析及內部使用，多謝幫忙！

問卷數量：157 份	平均分
請在 1 - 10 的數字上圈出你認為子女目前的情況。	
課題 (一)：感恩知足	
1. 懂得為自己所享受和擁有的去感恩。	5.78
2. 對自己所享受和擁有的感到滿足。	6.49
課題 (二)：樂觀思維	
3. 對未來的事情抱正面的想法。	6.38
4. 遇到挫折時會以積極的想法去面對。	5.87
課題 (三)：發展所長	
5. 知道自己的優點。	6.21
6. 知道自己的優點可在日常生活中發揮。	6.26
課題 (四)：正面關係	
7. 能與別人建立良好的人際關係。	7.01
8. 能運用良好方法和技巧與人相處。	6.63
課題 (五)：接納寬恕	
9. 能接納自己和別人的弱點。	6.22
10. 能原諒自己和別人的錯失。	6.50
課題 (六)：家長對「正向心理」教育的看法	
11. 認同在照顧及管教子女上有困難。	6.66
12. 認同面對作為父母及在其他方面上遇到的壓力。	7.05
13. 認同學校需要有專業輔導人員協助家長面對上述的困難和壓力。	7.56
14. 認同社區已提供足夠支援協助家長面對上述的困難和壓力。	5.73
15. 掌握以「正向心理」的方法去面對上述的困難和壓力。	6.23

16. 對推行「正向心理」教育計劃的其他意見。

- 學校有定時的專業輔導人員駐校，給一些有需要輔導的孩子或家庭，對他們有得益。
- 希望可以有多點支援家長舒緩家長壓力。
- 有時，學校對小朋友的影響會比父母較大，老師一句，好過父母十句，我覺得給多些空間小朋友去嘗試，例如興趣班，讓小朋友發掘長處，多些表演機會，令自信增強，多些包容，讓小朋友能積極面對困難，有希望。
- 能讓家長在專業人員輔導下，面對或分享照顧兒女所遇上的困難和壓力。從而得到正面的解決方法。
- 一個人擁有正向心理的確能面對種種困難，因此以從小培養正向心理能夠讓小孩快樂成長。
- 希望多些講座。
- 延續此計劃。
- 可請導師幫助分析管教問題。
- 希望社區能增加支援，特別是有特殊需要的小朋友。

老師家長填答 計劃前問卷結果

香港小童群益會 學前教育及服務
「正向心理」教育計劃
現況調查問卷綜合報告

本會四間幼兒學校，計劃於 2013 年 9 月開展上述計劃，目的是透過教育課程、各種生活體驗計劃及輔導服務，幫助孩子建立正向積極的人生觀。

為了更清楚掌握現時學校的情況，希望大家協助填寫以下問卷。所有提供的資料，祇會作整體資料分析及內部使用，多謝幫忙！

問卷數量：45 份	平均分
請在 1 - 10 的數字上圈出你認為 <u>一般學生</u> 目前的情況。	
課題 (一)：感恩知足	
1. 懂得為自己所享受和擁有的去感恩。	5.16
2. 對自己所享受和擁有的感到滿足。	5.11
課題 (二)：樂觀思維	
3. 對未來的事情抱正面的想法。	5.71
4. 遇到挫折時會以積極的想法去面對。	4.96
課題 (三)：發展所長	
5. 知道自己的優點。	5.82
6. 知道自己的優點可在日常生活中發揮。	5.38
課題 (四)：正面關係	
7. 能與別人建立良好的人際關係。	6.16
8. 能運用良好方法和技巧與人相處。	5.53
課題 (五)：接納寬恕	
9. 能接納自己和別人的弱點。	5.18
10. 能原諒自己和別人的錯失。	5.80
課題 (六)：家長對「正向心理」教育的看法	
11. 認同在照顧及管教子女上有困難。	6.95
12. 認同面對作為父母及在其他方面上遇到的壓力。	7.14
13. 認同學校需要有專業輔導人員協助家長面對上述的困難和壓力。	7.45
14. 認同社區已提供足夠支援協助家長面對上述的困難和壓力。	5.61
課題 (七)：老師對「正向心理」教育的看法	
15. 認同「正向心理」教育對幼兒成長的重要性。	8.07
16. 掌握「正向心理」教育的內容。	6.29
17. 對推行「正向心理」教育計劃的其他意見。	

- /