

项目名称：运用正向教育提升大专学生的身心健康和正面学习经验

主要负责大学：香港城市大学

参与的教资会资助大学：香港浸会大学、香港中文大学、香港教育大学、香港大学

项目负责人：香港城市大学
人文社会科学院
应用社会科学学系副教授
郭黎玉晶博士

建议书摘要

本计划有四大目标：（1）增进大专学生对正向教育的知识和理解；（2）提升大专学生的正向情绪、正向关系、正向目标、正向成就、正向投入和正向健康；（3）建立大专院校重视学生福祉和正向发展的氛围；及（4）在本地小区传播正向教育的讯息。计划将遵循六个层次的教学法，即：「学习」、「活出」、「反思」、「概念化」、「实践」和「融入」。参与项目的大专学生首先「学习」和在日常生活中「活出」正向教育。接着，大专学生会被引导去「反思」和进一步「概念化」他们的学习经验，然后运用他们所获得的知识设计和执行正向教育计划，正向教育的氛围则会通过相关正向教育活动和计划「融入」大专院校。五所本地院校（香港城市大学、香港大学、香港中文大学、香港浸会大学及香港教育大学）将合作推行此计划。计划执行分三个阶段，每一阶段为一年。为推动学生的经验学习、反思、概念化和实践，计划将包括训练营、反思和深化营、校园推广、跨院校正向教育日、正向教育项目、国际正向教育研讨会等一系列活动。同时，计划将建立正向教育网站，以向公众推广正向教育的讯息。本计划将有助于推动大专教育的模式转变，使得教学的重点转向着重学生的强项和全人发展。本计划的创新性在于六个层次的教学法，引导学生通过有系统的和重视情境的学习步骤，增进学生对正向教育的理解、吸收和运用。预计有 660 名大专学生将受惠于本计划，得以有正面的成长和发展，计划亦会协助 120 名大专院校教职人员融合正向教育于教学中，最后，估计有 5 500 名大专院校或本地小区人士将从活动项目中获得正向教育的知识和理解。本计划的教学活动和学生项目可经整理后融合为通识教育课程的一部分，并在可期待的未来，在各大院校内发展为一门独立的通识教育课程。

期末报告摘要

本计划旨在应用正向教育提升大学生的幸福感及正向学习体验。计划提出了三个主要目标：（1）通过培养和促进性格强项和正向教育的六大元素（正向情感，正向关系，全情投入，意义感，成就感），从而帮助大学生各项能力的发展及幸福感的提升；（2）提高大学生的生活满意度，增强他们应变生活困难的能力；（3）加强大学教职员对正向教育的理解及对学生的支持。为实现这些目标，计划举行了一系列活动，其中包括：（1）针对学生举办的研讨会、工作坊和体验式学习营；（2）针对大学教职员的专业培训；（3）学生心理健康节；（4）由大学生主导，针对学生和小区成员的小区计划；（5）学生台湾学习团；（6）面向学生、老师、社工、辅导人员和大学教职员的国际会议。五所大学（香港城市大学、浸会大学、香港中文大学、香港教育大学和香港大学）合作策划，设计和推行所有活动，并主办国际会议。通过上述活动，本计划的三个目标在很大程度上得以实现。具体来说，大多数参与者已经了解自己的性格强项，并将其运用到生活中，从而在学习和日常生活中获得了更多的自信和内在动力。该计划使五所大学的教职员之间有进一步的合作，同时探讨了更多有关香港正向教育未来发展的可能性。来自香港五所大学的学生有更多的交流和共创机会。本计划促进了本地和海外学者之间的知识和经验交流以及专业网络的建立。随着网络的建立，在香港以至全球的大学于正向教育将会有进一步的讨论和交流。