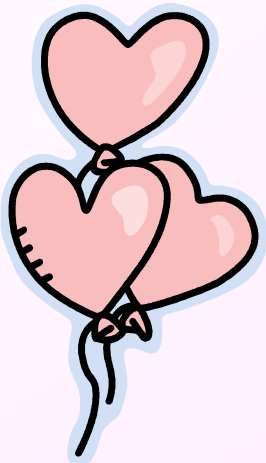


【個人成長教育】

教師工作坊

講員：葉錦熙



程序

第一部份 (1小時45分鐘)

- 個人成長教育知多少
 1. 帶領個人成長課的技巧(導師示範)

**** 小休 ****

第二部份 (1小時45分鐘)

3. 帶領個人成長課的技巧(教師示範)
4. 提問和經驗分享
5. 填寫評估問卷

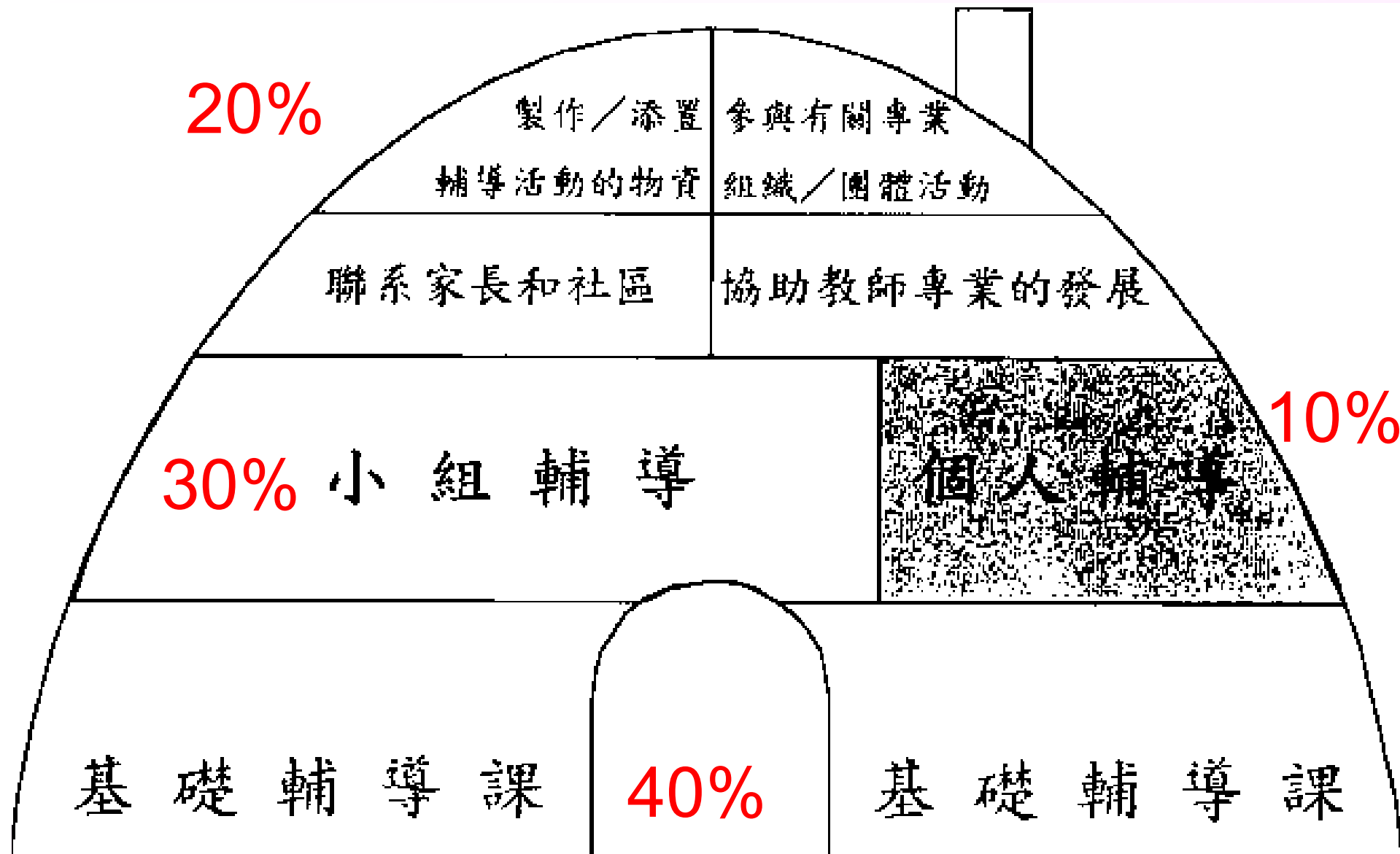


校本輔導知多少？

1. 在小學輔導體系的結構中，基礎輔導課，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 30%
 - b. 40%
 - c. 50%
2. 在小學輔導體系的結構中，小組輔導，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 30%
 - b. 40%
 - c. 50%
3. 在小學輔導體系的結構中，個人輔導(補救性為主)，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 10%
 - b. 20%
 - c. 30%

輔導體系的結構

基礎輔導課	40%
小組輔導	30%
個人輔導	10%
其他： 聯繫家長和社區 製作/添置輔導活動的物資 協助教師專業的發展 參與有關專業組織/團體活動	20%



校本輔導知多少？

1. 在小學輔導體系的結構中，基礎輔導課，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 30%
 - b. 40%
 - c. 50%
2. 在小學輔導體系的結構中，小組輔導，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 30%
 - b. 40%
 - c. 50%
3. 在小學輔導體系的結構中，個人輔導(補救性為主)，佔整體輔導工作的百分之幾？
 - a. 10%
 - b. 20%
 - c. 30%

校本輔導知多少？

1. 在小學輔導體系的結構中，基礎輔導課，佔整體輔導工作的百分之幾？
a. 30% b. 40% c. 50%
2. 在小學輔導體系的結構中，小組輔導，佔整體輔導工作的百分之幾？
a. 30% b. 40% c. 50%
3. 在小學輔導體系的結構中，個人輔導(補救性為主)，佔整體輔導工作的百分之幾？
a. 10% b. 20% c. 30%

校本輔導知多少？

4. 成長課每堂半小時，每級全年共多少節？
- a. 12 b. 18 c. 24

成長課推行方式

- 每級全年共12節(每節30分鐘)
- 全方位學習
- 跨課程活動



校本輔導知多少？

4. 成長課每堂半小時，每級全年共多少節？
- a. 12 b. 18 c. 24

校本輔導知多少？

4. 成長課每堂半小時，每級全年共多少節？

a. 12

b. 18

c. 24

校本輔導知多少？

5. 下列哪項是成長課的範疇(可選多項)？

- a. 學業發展
- b. 事業發展
- c. 群性發展
- d. 個人發展
- e. 生活計劃
- f. 自我形象
- g. 解決問題
- h. 人際溝通

四個學習範疇

1. 個人發展
2. 群性發展
3. 學業發展
4. 事業發展



4大範疇、12大重點

個人發展

自我概念
解決問題
自我管理

群性發展

尊重、接納他人
溝通及人際關係
應變及處理衝突

學業發展

學習技巧及態度
成就感
愉快的學校生活

事業發展

生活計劃
處事態度
職業資訊

校本輔導知多少？

5. 下列哪項是成長課的範疇(可選多項)？

- a. 學業發展
- b. 事業發展
- c. 群性發展
- d. 個人發展
- e. 生活計劃
- f. 自我形象
- g. 解決問題
- h. 人際溝通

校本輔導知多少？

5. 下列哪項是成長課的範疇(可選多項)？

- a. 學業發展
- b. 事業發展
- c. 群性發展
- d. 個人發展
- e. 生活計劃
- f. 自我形象
- g. 解決問題
- h. 人際溝通

7. 輔導工作 由誰擔當？

輔導工作	誰人擔當
基礎輔導課	
小組輔導	
個人輔導	
其他：聯繫家長和社區 製作/添置輔導活動的物資 協助教師專業的發展	

6. 輔導工作 與我何干？

輔導工作	誰人擔當
基礎輔導課	班主任
小組輔導	SGT、學校社工、 社區中心的社工
個人輔導	SGT、學校社工、 轉介 (家庭中心社工)
其他：聯繫家長和社區 製作/添置輔導活動的物資 協助教師專業的發展	SGT、學校社工、 輔導組教師

輔導工作 與我何干？

7. 班主任為何有需要協助推行成長課？

輔導工作 與我何干？

7. 班主任為何有需要協助推行成長課？

可令學生：

- 喜歡上課 (成長課)
- 喜歡老師 (成長課老師)
- 喜歡自己 (健康之自我形象)

可令班主任

- 從不同活動中，發掘及欣賞學生的強項
- 對學生的接受程度提高 (paradigm shift)
- 將輔導課堂的主題滲入其他學科或活動內。

推行個人成長教育的目的/好處

1. 發展學生個人潛能和健康的自我概念，積極面對生活的挑戰及有效地解決問題。
2. 促進群性的發展，建立良好的人際關係。
3. 培養勤奮進取的學習態度，掌握多元化的學習技巧，邁向終身學習。
4. 培養積極的處事態度，掌握各種的職業的資訊，為日後的個人事業作好準備。



帶領成長課技巧

帶領個人成長活動的三大原素 — P.I.R.

Participation (參與)

- 低參與度活動：聽、看
- 高參與度活動：讀、寫、繪畫、討論、報告、提問、答問題、走動、演戲、遊戲

2. Interaction (互動)

- 形式：二人組、三人組、四人組、多人組、全體...
- 內容：分享、討論、合作完成指定的工作

3. Relationship (關係發展)

- 目的：產生歸屬感、互勵互勉、互相幫助

提高兒童學習興趣的活動帶領手法

	學習形式	內容
1.	聽、讀、寫	故事、朗讀、習作
2.	音、體、藝	音樂、運動、繪畫
3.	走、遊、賽	走動、遊戲、比賽
4.	貼、印、Q	貼紙、蓋印、IQ題 / 謎語
5.	影音刺激	媒體教材

範疇一：個人發展(自我形象篇)——活動範例

1. 自我介紹

2. 抽問題

3. 生果大拼盆

4. 動物園

5. 感受咕

6. 引生情緒的因素

7. 情緒對行為的影響

8. 處理情緒的方法

1. 閃閃生光

2. 廣告篇

3. 我的畫像

4. 我的海報

5. 我改變了

6. 我是怎樣長大的

7. 光輝歲月

範疇一：個人發展 (解決問題篇) — 活動範例

1. 選一選
2. 問題大追蹤
3. 萬能腦袋
4. 我作決定的方式
5. 處理問題的技巧
6. 大冒險家
7. 大小決定
8. 如何決擇
9. 我的選擇
10. 小芬的心事
11. 小記者
12. 評一評

1. 想想看
2. 我們怎樣作決定?
3. 雪山求生記
4. 精靈腦袋
5. 選一選
6. 解決問題七步曲[一]
7. 解決問題七步曲[二]
8. 大事與小事Bingo
9. 青蛙王子
10. 字句尋找
11. 甚麼是壓力?
12. 壓力警告訊號!
13. 老友記名單
14. 助己助人
15. 精神壓力初探

範疇二：群性發展 — 活動範例

1. 說「不」的困難

2. 表達「我」的訊息

3. 用心聆聽知人意

4. 你說我做

5. 互相合作的課室

6. 「小組合作」砌圖活動

7. 人際關係潤滑劑



1. 友誼花我OK?你OK?

2. 友情圈分享會小組

3. 合作天生我才

4. 欣賞自己，欣賞別人

5. 我的家

6. 群策群力

7. 互相合作的學校

範疇三：學業發展 — 活動範例

1. 成功非僥倖!
2. 默書小錦囊
3. 考狀元
4. 記憶法
5. 誰的工作?
6. 沉船的選擇
7. 十條問題猜一猜
8. 協作學習
9. 個人每天生活時間表
10. 時間投資大拍買
11. 一寸光陰一寸金
12. 者試的功能
13. 面對考試應抱的態度
14. 讀書是為了什麼
15. 影響讀書的因素

1. 考考你
2. 自我測驗法
3. 關係化
4. 你是那類型
5. 記一記超級無敵馬拉松
6. 進步非僥倖



範疇四：事業發展 (1) — 活動範例

年級	課題名稱	目標
初	1. 與時間有約	生活計劃
	2. 我的課餘時間分配	生活計劃
	3. 同心協力 FUN FUN FUN	處事態度
	4. 敬業樂業	處事態度
	5. 漢堡飽的聯想	職業資訊
	6. 誰可以成為.....	職業資訊

範疇四：事業發展 (2) — 活動範例

年級	課題名稱	目標
中	1. 我是時間的主人	生活計劃
	2. 善用餘暇	生活計劃
	3. 家家有務	處事態度
	4. 分工合作	處事態度
	5. 入職條件	職業資訊
	6. 不同職業知多少	職業資訊

範疇四：事業發展 (3) — 活動範例

年級	課題名稱	目標
高	1. 均衡生活樂融融	生活計劃
	2. 做個時間的好管家	生活計劃
	3. 工作的意義	處事態度
	4. 義務工作	處事態度
	5. 從強處著手	職業資訊
	6. 職業萬花筒	職業資訊

教學策略

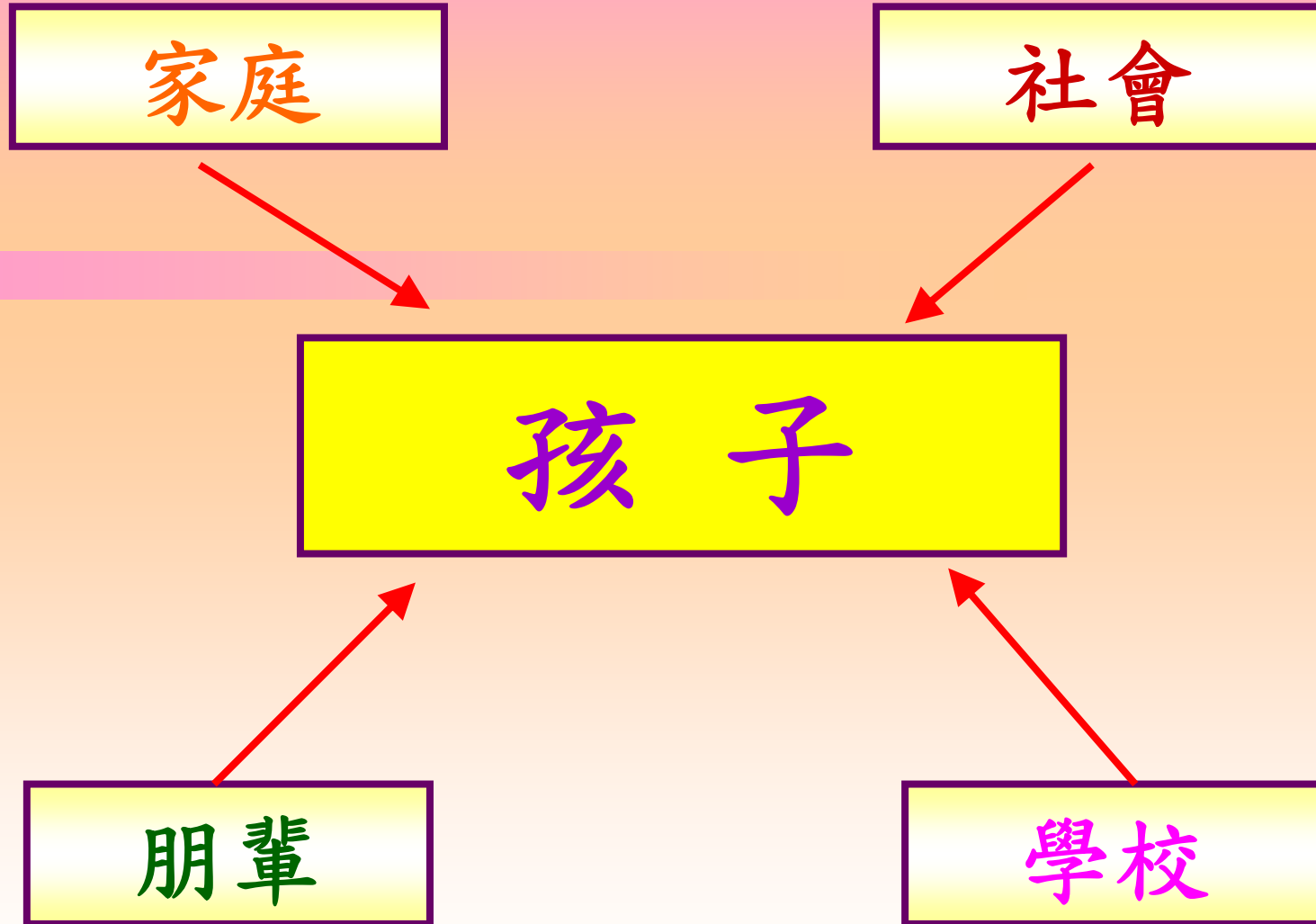
1. 引導及鼓勵（提問）
2. 良好的溝通（小組討論、合作完成事工）
3. 積極參與（匯報、角色扮演）
4. 反思活動（問答）

發展路向

- 2002/03學年開始
- 三年內全面推行



這些系統如何影響我們的孩子？



兒童處身之生態系統

1. 個人系統 (microsystem)
兒童本身 (先天與後天)
2. 社群系統 (mesosystem)
家庭、學校、朋輩、教會、制服團體、
社區中心等
3. 社會系統 (macrosystem)
社會政策、經濟、文化、價值觀等

家庭系統

系統內的因素	對兒童的負面影響
家庭中子女數目下降 <ul style="list-style-type: none">- 父母強調學業成績- 父母過分照顧子女日常的起居飲食	<ul style="list-style-type: none">- 孤單、被隔離感、從兄弟姊妹中學習與人相處的機會減少- 壓力過大- 生活技能、獨立能力下降、成功經驗↓- 肥胖傾向
核心家庭數目增加、家庭成員數目減少、家庭遷徙到新市鎮的數目增加	<ul style="list-style-type: none">- 分擔了父母受到孤立、缺乏外援的壓力
不和、離婚、單親家庭增加	<ul style="list-style-type: none">- 承受嚴重分離、焦慮、恐懼、情緒受創的痛苦
父母未能提供足夠的情緒上的照顧	<ul style="list-style-type: none">- 兒童渴望得到更多的情緒上支持
新移民兒童數目增加	<ul style="list-style-type: none">- 情緒支援、學習支援及社會適應的需求大幅增加
虐兒個案上升	<ul style="list-style-type: none">- 嚴重心理與情緒受損

學校系統

系統內的因素	對兒童的負面影響
重視考試、競爭和記憶；重視失敗而非成功 (emphasis on failure rather than success)	<ul style="list-style-type: none">- 對要獲取好成績而產生焦慮；較多失敗感、較少成就感- 削弱獨立思考
學習內容太難	<ul style="list-style-type: none">- 失去學習興趣；自尊感持續下降
功課太多	<ul style="list-style-type: none">- 玩耍時間減少
少走動的空間	<ul style="list-style-type: none">- 缺乏足夠的身體發洩機會
自我表達(語言)機會不足	<ul style="list-style-type: none">- 缺乏足夠的正當渲洩感受和情緒的機會

社會系統

系統內的因素	對兒童的負面影響
容易收看電視節目	- 玩耍時間減少
電腦遊戲量增加	- 獨自玩樂多於與玩伴互動

家校聯繫與子女成績之研究

增長因素	成績有增長科目
昂貴消費模式，如家庭擁有汽車及電腦等	英
文化資本較多，如家庭擁有百科全書、兒童雜誌，參與音樂班或興趣班等	中、英、數
家長有向學校捐贈	中、數
溫習空間較佳	中、英、數
多作親子溝通	中、英
家校聯繫	中、英、數

家校聯繫與子女成績之研究

下降因素	成績有下降科目
安排子女參加補習班	中、英、數
督促子女做功課、為子女安排休息讀書的時間	
督促的口脛，如「溫書啦」、「唔好睇電視」等	中、數
到內地旅行增廣見聞	中、英、數
家長到子女就讀的學校做義工，以增加對子女了解	

評估

個人成長文件匣

教師的觀察

同儕評鑑

家長評鑑

自我評估



教育署網頁資料

<http://www.emb.gov.hk>

↓
教與學
↓

個人成長教育



- 個人成長教育參考文件
- 工作紙



The End