

正向教育 樂在將天

創造力、喜愛學習、勇敢、勤奮、希望、幽默、感恩、謙遜、謹慎、團隊精神、不偏不倚、仁慈、社交智慧……以上的描述，有多少能形容你的性格呢？



原來，每一個人，都擁有他自己的性格強項，只是我們未必那麼容易察覺到。大家有沒有發現，以上各種的描述都是正面的詞語；不論你傾向哪種性格，都是好的特性。其實人總有優點和缺點，視乎我們放大哪一方。當然，正面的一方能夠帶領我們樂觀積極地去看自己，即使面對自己做得不夠好的地方，也能從多方面尋找方法改善提升，因為正向的思維系統給我們注入了動力。

在校內，我們把正向教育納入這三年的學校發展計畫，我們正與每一位同學一同組織這隊「正向聯盟」。以上的性格描述只是眾多性格強項的一部份，「聯盟」內共有二十四位「正向戰士」(註)，就是同學們追求學習的目標。同學們已認識了「喜喜」(喜愛學習)、「自律哥」(自律)及「阿勇」(勇敢)，還有二十一位將陸續登場。我們各人均有不同的性格特徵，所以並非一定要改造自己，而是要了解及掌握每個性格強項的特點，然後自我了解自己的性格強項，在自己的強項領域中，發揮最大的效果。同時，同學們也要學習如何為自己內在建立及儲備正向資源，以預備應對隨時而來的挑戰及逆境。



能正面面對及處理自己的成長及生活，這能力並非完全是與生俱來的，有些人的性格本身傾向樂觀，當然有優勢；但其實，這個正向思維系統，是可以透過學習得來的；這牽涉到我們日常的生活方式。舉例說，當我們遇上不如意的事情，我們是消極地認為自己真倒楣，還是會積極地思考事情給我們的啟發及正面的幫助？

這就是兩個截然不同的態度。要建立這套正向系統，我們只要在日常與子女的溝通裡，以「積極」及「建設性」的說話回應，在潛移默化下，孩子們便會內化了這個模式，這正是建立正向思維的開始。

擁有了正向思維系統，掌握自己的性格強項，再配合自己內在積累的正向資源，就自然會容易感到開心及快樂。這並不代表我們不會遇上挑戰，而是我們懂得如何積極地去面對及處理。「將天」的同學及家長們，就讓我們就一齊起動，去組織我們的「正向聯盟」吧！



本文同時刊載於第 55 期《心訊》內。

註：本校設計了 24 個卡通人物來代表不同的性格強項，版權屬本校所有。