

親子歷奇 體驗家庭做後盾

中小學首辦「失敗日」 增強學生抗逆力



循道衛理聯合教會李惠利中學於本月中舉辦「失敗日」。校長張欽龍參與其中，挑戰體育競技活動。

教育 近年學童壓力問題加劇，輕生個案年齡愈趨年輕，情況備受各界關注。為提升學生抗逆能力，不同學校均各出奇謀，有中小學與團體合作，首辦「失敗日」及為期四天的「失敗周」，扭轉傳統的精英教育概念，讓學生率先體驗及面對失敗，學習從逆境中不斷嘗試、突破自我；亦有群育學校舉辦抗逆親子歷奇活動，讓學生明白即使面對逆境，仍有家庭作為後盾。另有中學計畫下月開始，開辦體驗式抗逆課程，分別邀請成功人士及弱勢社群，化身「真人圖書館」，向學生分享人生經歷。

記者 林紫晴

現時不少中小學仍積極培育精英，加重學生的學業壓力，令他們擔心一旦「失手」便會被標籤為失敗者。有調查發現，逾八百名受訪學童中，有三人自評壓力指數為七至十分，其中有百分之十四人更達最高指數十分，即每七名學童便有一名壓力「爆燈」。香港瑪利亞防止自殺會的數字亦顯示，去年共錄得三十宗十九歲以下青少年自殺個案，較前年大增十八宗，情況令人憂慮。

盡力而為 不介意成敗

失敗教育發起人、循道衛理優質生命教育中心課程主任林秋霞不諱言，教育制度一直令香港人普遍存有「輸不起」的心態，「不論成績好壞，學生們都『怕輸』，令學業壓力隨之增加」，故分別在協助小學及中學推動「失敗教育」。循道衛理聯合教會李惠利中學於本月中舉辦「失敗日」，讓全級中六學生在應考中文憑試前，學習體驗及面對失敗。該校校長張欽龍表示，「準考者」準備公開考試時，難免感到沉重的學業壓力，故特別讓他們參與「失敗教育」活動，「社會仍相信『一試定生死』，對成績不太理想的學生而言，需要承受的壓力更大，故希望學生明白只要盡力而為，便不介意成敗。」

該校一直着重生命教育，但未曾舉辦以「失敗」為主題的全日性活動。張欽龍指出，通過觀看勵志電影、體育競技等方式，讓學生經歷失敗，不用過於看重得失。他認為，其中一個象徵飛越恐懼的紙飛機活動，讓學生在紙飛機寫上自己的困擾及恐懼，再將紙飛機送走，別具意義，「除了可讓他們知道他們究竟憂慮甚麼，亦可讓他們面對內心的恐

懼。」有份統籌「失敗日」的林秋霞則指出，雖然活動只為期一天，感覺就如「一期一會」，但仍希望啟發學生學習從失敗的經驗中，尋求改進方法。

接受挑戰與鼓勵

上學年首辦為期四天「失敗周」的循道衛理聯合教會亞斯理衛理小學，正籌備舉辦「失敗周2.0」，計畫讓學生到戶外學習失敗。該校校長林德育稱，去年得悉澳洲有中學舉辦「失敗周」後，便希望將其概念引入校內推行，將原有的「生命培育周」改成「失敗周」。林德育直言，籌備「失敗周」時，有老師擔心舉辦以失敗為主題的活動，予人消極之感，甚至建議改名為「自強周」，惟他仍希望通過認知、情感及行動三部曲，為全校學生提供學習失敗的機會，例如讓學生看《怪獸大學》及《小孩不笨》，討論電影劇情及反思，以認識失敗。

林德育與老師亦以身作則，在禮堂向學生分享自己過去的失敗經驗，「我希望學生明白即使校長、老師，都曾經歷過失敗，從而令他們在同學面前，敢於分享自己的失敗經驗。」他又指，在活動周，每位學生均有機會經歷失敗，「全部學生都要接受『一分鐘挑戰』，挑戰不成功便要想出辦法，過程中我們看到同學不斷鼓勵其他同學再嘗試。」

推動「失敗教育」以外，亦有學校舉辦抗逆親子歷奇活動，讓學生明白即使面對逆境，仍有家庭作為後盾。群育學校東瀾莫羅瑞華學校校長卓德根坦言，該校的學生在生活中經常面對失敗，為了提升他們的抗逆力，故讓家長陪同學生參與歷奇活動，「例如去年舉辦的歷奇輔導，讓家長及學生一起完成攀石、繩網及划艇等歷奇活動，從而增強親子關係。」

卓德根續說，參加親子歷奇活動後，本身家庭支援較弱的學生，自信心明顯增強，學生與家長從活動中可互相認識、欣賞彼此的優點。當學生面對逆境或不快時，亦敢於向父母傾訴。

領袖訓練營挑戰高空繩網

另外，有中學計畫下月開始開辦體驗式抗逆課程，增加對自己的肯定。廠商會中學副校長郭智穎表示，除了在中一年級推行生命教育，其他年級的學生亦有機會參加課後延伸課程，通過體驗式學習，培育堅毅精神，「我們計畫邀請魔術師、咖啡師等分享成功之道，同時會邀請失明人士分享他們如何面對生命中的考驗，讓學生學習不同人面對困難及障礙時的解決方法。」

郭智穎又表示，該校亦有為中二至中五學生舉辦領袖訓練營，冀望他們克服心理障礙及恐懼，挑戰高層的高空繩網，「希望學生面對困難時，願意鼓起勇氣踏出第一步。」



循道衛理聯合教會亞斯理衛理小學上學年舉辦「失敗日」，全校學生均有機會接受「一分鐘挑戰」，體驗失敗。

港大防自殺通識科 協助學生面對困境

中小學以外，有大專院校亦開始關注抗逆教育。香港大學自去年起，開辦以防止自殺為主題的通識教育選修科，讓學生正視平日經常面對的困境，至今已有一百多名學生修畢課程。

香港大學防止自殺研究中心總監葉兆輝指出，新高中學制推出後，近年大學生的入學年齡較以往年輕，加上只經歷一次中學文憑試，令他們的抗逆力不如曾經歷會考及高考的大學生，「明顯見到他們面對壓力時，會感到不知所措。」

葉兆輝直言，大學生普遍對同學之間的關係、個人形象及學業等感到擔憂，甚至有學生向他表示感覺不到生命的意義，故冀望通過選修科的學術性討論，從心理學、社會學等角度讓學生認識自殺問題，「例如以不記名方式，讓學生寫下希望改變的事情或心中困擾。」他強調，校方並不會直接轉介學生去輔導，但會讓他們知道一些尋求協助的途徑。



循道衛理聯合教會亞斯理衛理小學校長林德育(左)與老師以身作則，向學生分享個人失敗經驗。



東瀾莫羅瑞華學校舉辦抗逆親子歷奇活動，讓學生在家長的陪同下，提升自信心。



廠商會中學舉辦領袖訓練營，鼓勵學生克服心理障礙及恐懼。