



## 老Sir 談學生幸福感 ——專訪教育暨青年局老柏生局長

採訪·整理 | 呂達富 韋文琪

近年，學生幸福感在澳門和鄰近地區都成為一個熱門議題，教育界各持份者都希望學生能夠在愉快的環境下成長，提升學生幸福感。教育暨青年局老柏生局長在上任時提出四個著力點，學生幸福感就是其中之一。

今期，我們專訪老 Sir（老柏生局長），讓老 Sir 和讀者們分享更多教育暨青年局

有關提升學生幸福感的政策與工作，瞭解如何讓澳門學生成為“幸福”的人。

**老 Sir 在上任時強調提升學生幸福感的重要性，可否分享為何會強調這一個範疇？**

**老 Sir：**每當談到學生成長的時候，很多人會想到他們的知識或技能上的增長，例如他們的學業成績、分數和學科成就等。

然而，學生成長是否只有這些？我個人認為情感也是很重要的，在關注學生知識和技能成長的同時，我更關注他們的情意和態度的心理得到健康成長，才可以知道他們所過的生活是否幸福。

從 PISA 2015 的研究結果，其中 Students' Wellbeing 學生幸福感（或稱學生福祉）使我感悟到學生幸福感是澳門學生成長的重要一環。在我上任時，更確立提高學生的幸福感成為我施政工作的著力點之一。

幸福和快樂看似一樣，但意義卻大相逕庭，快樂是建基於表面的快感和愉悅感，而幸福是更深層次的，具有意義及價值的；但有不少人誤以為幸福感就是快樂或開心。OECD 定義學生幸福感包括心理、認知、社交及身體素質四大方向，而提高學生幸福感，不只是單純讓他們感到快樂，快樂只是幸福的其中一個組成部分，快樂可以是心理上或感知上的一種快感，是短暫且片面的。例如看完一部期待以久的電影，看時會感到很快樂，看完還會很回味，但這感覺可能剎那即逝，轉瞬間，便回復平淡的心情，甚或變得失落。

幸福是讓人有滿足感，這種感覺是長遠和持久的，不斷鼓舞著人的一生。幸福

不一定單純是快樂，可以是經過艱辛後而獲得的。例如一名運動員，他投入自己喜愛的運動項目，雖然練習過程中，經過艱苦的體能訓練，感受過成功與挫敗，付出無數的汗水及時間，但對他來說，這過程是幸福的，可以從一個高峰攀過另一個高峰，不論最後結果如何，能夠做自己喜歡的事，自身便可以感到幸福。

孟子曰：“君子有三樂，而王天下不與存焉。父母俱存，兄弟無故，一樂也；仰不愧於天，俯不忤於人，二樂也；得天下英才而教育之三樂也。”這三樂可能不是每個人也能體會或明白，特別是第二樂便提醒我們幸福是要心安及滿足，以致在人生中尋找到意義。其實，幸福與否是取決於個人本身，會因應每人所追求的價值而有所不同。每個學生都是獨立個體，他們對幸福的詮釋各有不同，我們可以做的就是製造合適及良好的外在外在條件，讓他們對幸福感有一定的感知，在幸福的人生道路上繼續前行。

因此，在提高和培養學生幸福感方面，我主要提出了三方面的工作，包括緩解學生對學業的焦慮、締造良好的師生關係和同儕關係，以及加大力度發揮家長在親職教育中的作用。





## 根據 PISA 2015 的結果，澳門學生的幸福感哪些方面需要受關注？為何澳門學生的幸福感會不足？

老 Sir：PISA2015 除了讓我們知悉學生科學、數學和閱讀素養的表現外，還為我們帶來了很多有用的資訊，有助我們了解澳門教育的現況。當中，數據顯示澳門學生幸福感不算高，這結果讓我們反思這情況出現的原因。其實，澳門物質富裕，天災不多，為何澳門學生還不感到很幸福？原因可能是學業及人際關係兩大因素。

澳門學生沒有統一考試、學能測試或升學等壓力，但他們仍存在著一定的學習壓力。這壓力可能是來自學生對於自身的要求，以達到教師、家長，甚至社會的期望，或者是過多的功課和評核，讓學生應付起來疲於奔命。因此，我們不斷改革求變，推動課程改革，推廣學與教的不同模式，期望讓各教育持份者能夠明白學生自主學習的重要，進而推展學生對學習產生興趣。當學生的學習是來自內在興趣時，即使努力付出很多時間，也不以為苦，學習會變成一種動力，而非壓力。

教師的課堂教學應以學生為中心，給予學生更多思考、研究、解決問題或總結的空間。為使學生可以愛探索、愛學習，

教師的評核方式應有所改變。因此，教育暨青年局舉辦不同的培訓課程，讓教師明白多元評核的重要性。質量並重的學生評核是關鍵，合適的練習和測考可以讓學生繼續力求進步。作為教育工作者，我們要考慮如何讓學生明白學習的意義，使學生明白適量的練習、功課、測驗是一個自身進步的過程。不少學者提倡愉快學習，我認為學習本質的愉快不是沒有或很少功課或測驗，而是來自找到學習的動機、樂趣和意義，自主學習，主動追求。當人生有一定目標的追求時，過程再艱辛都不會覺得苦。

除了課業壓力，另一個影響澳門學生幸福感的主因可能是人際關係，學生的人際關係包括同儕、師生、親子、人與社會這四種關係。同儕間互愛讓學生感到幸福，反之，如果受排擠或欺凌，學生便會對人失去信心及欠缺上學動機。良好的師生關係可以讓學生愉快學習、喜歡上學。PISA2015 結果顯示，澳門學生對學校的歸屬感不高，反映在學生問卷中，教師不公平對待學生是其中原因之一。教師一句簡單的鼓勵可以對學生的成功影響深遠，同樣地，教師一句無心之失亦有可能對學生造成難以彌補的傷害。因此，教師積極正面的態度、話語、行為至關重要。

家庭是一個人成長的搖籃，家庭教育更是根深柢固，影響人的一生。家長的教養及陪伴等都能為學生的幸福感注入正能量。事實上，如學生在家庭中得不到適當的愛和安全感，很難談得上幸福。因此，教育暨青年局積極推廣親職教育，開展不同的培訓，讓家長了解如何讓子女感受到被接納及被愛的重要。

作為社會的一份子，學生少不了受到社會及文化的影響。PISA2015 報告顯示，學生幸福感較高的經濟體不乏一些拉丁美洲的國家，例如墨西哥、哥斯達黎加和多明尼加共和國等，相信這與他們的文化、生活的滿意及看法是有關聯的。反觀澳門社會，越來越充斥著對抗、排斥、爭吵、抹黑，甚至鬥爭等負面氛圍，在這些戾氣的氛圍下，學生幸福感亦隨之受到影響。因此，為我們下一代的幸福感，營造和諧文化的社會，提供正向解決問題的習慣和文化是非常重要的，我們每個人都要付出努力才有可能達到。

### 為提高學生的幸福感，教育暨青年局有何政策？如何促使有關政策得以落實？

**老 Sir：**教育暨青年局於 2018 年 11 月成立“學生幸福感”專責工作小組，整合及深化現時在學生幸福感方面的工作策略，

期望透過不同的單位，集思廣益，以跨部門協作方式開展提升學生幸福感的相關工作。

為提高學生的幸福感，我認為學生必須要學懂生涯規劃，在人生中建立正向的價值觀、追尋目標、實現理想，賦予生命正確的價值，積極發揮生命的意義，讓其自身感到人生是美滿和幸福的。一個人的生活可能包括幾個層面：謀生活動、文化活動和靈性活動。

我想談一下謀生活動和文化活動。謀生活動，顧名思義就是維持生活所需的活動，只是很基本的層次，例如努力讀書，目的是為了找一份高薪厚職；努力工作，目的是為了賺取更多的收入。

我認為在人生中，應該要追求較高層次的一種活動——文化活動。在人生中，我們需要有一些興趣來調劑生活，需要一些意義來豐盛生活，讓自身有所追尋和自我實現，生命才能豐富起來。在課程改革中，以藝術為例，在《本地學制正規教育課程框架》訂定幼兒、小學和中學教育階段的藝術科都是必修的科目，教育暨青年局亦持續舉辦普及藝術的課程，目的就是要讓學生認識藝術，從而喜歡藝術，是否能夠成為畫家、演奏家，這個並不重要，





重要的是學生能夠懂得欣賞藝術，可以被藝術的美感所感動。當然，文化活動並不只限於藝術，可以是科學、創新科技、體育運動或義工活動等，內涵就是在人生中建立興趣，追尋有意義、有價值的目標，豐富生活，提升幸福感。

一個關愛、互信的氛圍是包括良好的親子關係、師生關係和同儕關係，這些關係會影響到學生的成長，甚至是學生的下一代，是一個社會的延續。我們認為“愛”是幸福感的關鍵，“愛”是彼此的，“愛”是影響著所有事情的核心價值。隨著愛和被愛都能滿足的時候，學生幸福感便可得到提升，社會上出現衝突、極端的行為亦會減少。使成長適應、情緒管理、解難能力、性教育和生活技能等都是學生幸福感有關的課題；此外，我們也重視培育學生抗拒壓力的能力，讓學生在成長的過程中能夠抵抗逆境，跨越自身成長的障礙，積極面對困難，以至在困難中學會如何成就未來。

2019年，“學生幸福感”專責工作小組首先會以“和諧校園、拒絕欺凌”及“減輕學生課業”為主題，優先關注有關工作，本著“預防為先，教育為重”的理念，繼續進行預防和培育、跨部門協作、宣傳教育、組織交流學習及積極推廣社區活動等工作。

## 教育暨青年局具體推行了哪些工作，以提高學生的幸福感？

**老 Sir：**為加強推動和諧校園的重要訊息，教育暨青年局與治安警察局攜手製作了“和諧校園·以愛同行——拒欺凌”——《從來未屈服》音樂短片，並已於本年5月舉行了首播儀式，期望透過短片向公眾宣導共建和諧的校園和社區是每一個人的責任。

為開展和諧校園的工作，教師和學生輔導員的培訓必不可少。現有的教師培訓已包括如何及早發現、及早引入、如何和學生建立良好關係，但對於校園欺凌的後續處理，未必所有教師也能掌握。因此，教育暨青年局為教師舉辦一系列預防校園欺凌及復和調解的培訓，以提升教師應對相關工作的技巧；組織到鄰近地區的考察交流活動，加強教師相關的知能。並且持續為學生輔導員舉辦有關處理校園欺凌的專業培訓。新學年的《學校運作指南》內文亦會增加“處理校園欺凌事件指引”。

構建和諧校園不只是教師或班主任的工作，學校內其他職工亦應對和諧校園有一致的理念，以確保學生在一個和諧校園內茁壯成長。為此，我們將編制《和諧校園、拒絕欺凌》實務手冊，為在校園協助

進行預防及處理校園欺凌的教職人員及學生輔導人員，提供豐富且實用的參考資料。此外，亦會引入真人真事的勵志人物故事，巡迴學校為學生及教學人員舉辦生命教育分享會，以期達到“用生命影響生命”的願景。我們亦以巡迴展板方式，定期入校宣傳有關學生健康成長的訊息。教育暨青年局同事亦到訪不同學校，以了解學校在和諧校園、品德教育、校園危機管理方面的運作情況。

和諧校園亦有賴家長的配合。我們會聯結局內提供家長教育工作的各部門，互相合作發揮優勢，為處於不同地區的學校及家庭創造條件，增加他們參與家長教育活動的機會，讓不同時段工作或區域的家長可以有充足的社區資源，讓他們得到更多家長教育的資訊。我們會舉辦一系列的活動，教導家長與子女溝通的技巧、如何建立良好的親子關係、留意子女的情緒及行為、如何提升子女的抗逆力等。

同時，我們會推廣家長參與家長教育講座或家長會，讓家長可以分享教養子女的經驗和心得。另外，亦會持續派出導師及透過駐校學生輔導員在學校、社區及中心舉辦講座、工作坊，相關活動內容包括：親子溝通與建立關係的技巧、識別及處理子女危機問題、預防子女偏差行為，以及

生命教育、性教育、品德教育、學業輔導及家校合作等議題。

### 未來，各教育持份者應該怎樣做，才可有效提升學生的幸福感？

**老 Sir：**學生將來的發展是充滿著無盡的可能，我們需要明白學生在成長過程中習得的生活技能、情意、價值觀和興趣等，實際對其將來生活的影響，是遠超出於一張寫上 100 分的測驗考卷。

未來，教育暨青年局持續透過正規教育課程、餘暇活動、學生輔導服務、德育工作、家校合作、跨部門協作等方式積極開展全方位的教育工作，培養學生正向的價值觀和生活知能，以及提供發展潛能的平台。

透過課程改革，繼續全面提升學生的科學素養和人文素養，鼓勵學生探索，培養學生終身學習和抗壓抗逆的能力；致力透過餘暇活動，充分發展學生的潛能、個性及各種有益的興趣，促進其全人發展及自我實現；為學生創造更多的學習條件和出外交流學習的機會，以及展示學習成果的平台，豐富學生的學習歷程。

早前，我又親眼見證一個勵志的故事。





西班牙網球員拿度成功衛冕法國網球公開賽，高舉其生涯大滿貫錦標第 18 個的杯。在他的網球員生涯中，曾經歷過多不勝數的傷患困擾，曾經歷人生的低潮，全憑其堅毅意志、不屈不撓精神，勇敢、積極面對挫折和批評、承受壓力、抵抗逆境，繼續勤苦練習，才可在運動員生涯的暮年中再創高峰。

誠如學生是教育暨青年局的局徽中的小樹苗一樣，是需要由整個社會不同的持份者共同灌溉。樹苗的成長是需要給予不同的養份，不能強迫它只吸取特定的養份，

亦不能過於保護或強行助長，過度的要求反而會窒礙小樹苗的健康成長，甚至可能令它過早凋零。

小樹苗只要得到適當的土壤和環境，以及愛心的栽培，讓其自然地經歷雨天和寒冬，嘗試不同的生活挫折，才能讓它自身變得強大，從而茁壯成長。冀望各教育持份者及社會人士化作園丁，為我們的小樹苗共同努力，構建合適的環境，提供不同的養份，讓他們在愛及幸福下，茁壯成長為參天大木。🌱