

「推動正向教育·邁向全人發展」2018-2019

基督教宣道會天頌幼兒學校

學校文化行動計劃---團隊關係建立

活動名稱	愛·天使
活動目的	管理層、教師和工友，會因為工作性質的不同，而令大家的接觸會有所限制。因此希望透過活動，能夠打破匣匣，衝破人與人之間的隔膜，嘗試多去關心不同的同事。
推行階段	2019年3月至8月
活動內容	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ 由校長為各同事每月抽出一位對象</li><li>◆ 二人為該月的夥伴</li><li>◆ 二人可利用不同的形式(書信/WHATSAPP)，為對方作心靈上的支持。(重視心靈上的健康)</li><li>◆ 二人必需在該月保持密切聯繫。(過程中的享受，心流)</li><li>◆ 已為各同事訂了兩個開場白(培養開放的態度，細心地觀察對方)</li></ul> 你今日心情如何?有開心/不開心嗎? 你今天去了哪裡?

愛·天使(老師回饋)

愛天使

- ① 提醒我關心一些較少接觸的同事。  
平日很自然的關心較近，有密切工作關係的同事。這愛天使計劃亦令我打破自己的慣常，我們特別留意細心留意事也的同事，亦會刻意表達出關心，彼此都是感受得到的。

SweetYee

① 愛·天使

我有參與該活動，我覺得這活動有效令同事們之間的關係更親近，但老師與姐姐比較少機會進行更多的溝通，因為工作時間，相方都很忙，但工餘時間卻沒姐姐的聯絡方法，另外，我認為姐姐不太清楚這活動或其他有關正向活動的意義，令她們會感到有壓力。



活動名稱	愛·打氣
活動目的	提供簡單的小食如糖果，讓各人都在繁忙的工作中提起精神、增加話題，令心情也開心。
推行階段	2019年2月至8月
活動內容	當經過同事身邊，不經意聽到同事讚賞小朋友、傾談時想法積極、有鼓勵性的說話、心情不佳、感到沮喪等，立即為同事送上打氣糖果一粒，以作支持及鼓勵。同事覺得有需要亦可自行取用。
備註	糖果擺放在辦公室主任的枱面，同事有需要即可自由享用或送給同事。

### 愛·打氣 (於辦公室設置小食部、咖啡機及按摩機)





離開課室，小休 5 分鐘，  
順便按摩一下雙肩，  
即時輕鬆不少！



活動名稱	愛·回憶
推行階段	2019年3月至8月
活動目的	希望透過活動，能夠增加大家的話題。把各人快樂的回憶及快樂的情緒，得以擴展與建構。
活動內容	有關小組於學校兼收室內設計一幅愛•回憶相牆，牆上張貼有關同事間聯誼活動、學校團隊活動，或日常生活之相片，透過日常的生活點滴緊扣同事彼此間之關係，當看到相片時，就更能有助同事多感恩日常生活中的大小事。



活動名稱	愛·壽星
推行階段	2019年3月至8月
活動內容	<p>選取下列一種方案：</p> <p>方案(一)： 老師於自己生日當天穿著便服及佩帶生日襟章。</p> <p>方案(二)： 當月生日的老師於當月學校生日會穿著便服及佩帶生日襟章。</p> <p>方案(三)： 全體老師於每月生日會穿著便服，當月生日的老師加佩生日襟章。</p>
備註	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動會包括生日的幼兒，也有「生日襟章」，藉以一同分享生日的喜悅</li> <li>● 仁慈---對己 重視自己的身心健康：老師可於工作時打扮自己，可讓心情愉悅，甚至得到別人讚賞。</li> </ul>



活動名稱	愛·玩樂
推行階段	一年二至三次
活動目的	為加強團隊精神及讓同事們更注意身心靈健康，特別定期安排學校聚會活動，地點、主題及形式不限。
活動內容	同事可將當日拍攝的照片貼在愛•回憶的牆上，讓同事們可以在忙碌的工作中回憶一下活動的點滴，將心靈得以放鬆。 計劃聚會活動： 23/2/2019 團拜 BBQ 29/3/2019 海外交流後深圳覓食(晚飯) 18/8/2019 遊船河





## 活動成效及反思：

人與人之間的互動及關係是正向心理學中非常重要的一環。若要追求一個幸福快樂的人生，我們必須擁有正向的人際關係。是次計劃能夠在老師個人層面及整體團隊文化層面，均有明顯的得益。如有老師認為自己平日不是一個多說話的人，而且不習慣安慰及關心他人。但進行了天使計劃後，關心他人的動機大了，而且慢慢變得習慣及自然(關心他人)，並不覺是一件「公事」。此外最初對於「要主動關心身邊的同事」這種事感到起步很難及難於啟齒的同事，在行動計劃至少能給予機會讓她們突破自己，嘗試主動向身邊的人表達關心。雖然最初有「為做而做」的感覺，但已經慢慢累積了關係，希望日後會做得更好。在參加正向計劃後，令老師們在處事上、與同事、幼兒相處都會心存正念。在教學上也會參考「正」字的導向目標設計(愛與樂)，所以令個人生活及工作都感覺開心了。團隊的關係，亦能令工作成效(包括教學效能均能改善)。

喜出望外的是「愛·天使」活動在實行了三個多月後，明顯看到工友姐姐態度上的轉變。最初，工友姐姐們十分抗拒老師對她們的關心，但現在她們了解學校正在推行這計劃，同時亦開放了自己，更自然、輕鬆地接受老師的慰問，現在還會主動向老師分享生活上細微的事情。

總的來說，不同的活動能在正向關係中達到「建立、維繫、修補、增進」的各個層面。學校希望在來年，建基於優良的團隊文化上，把正向關係的元素注入家長及幼兒的層面。