

樂善堂余近卿中學  
Lok Sin Tong Yu Kan Hing Secondary School

同學們

**思想交流齊觀摩 多元智能同建構**

**促進創作 信息正確**

開始的時候，中二級同學創作的劇本並不能充分表達到精神健康的信息，於是核心小組的思健學成員要幫助他們。成員不以直接的方式說出正確的信息，我們扮演一個促進者的角色，不斷向他們提出問題，讓他們能有自己的空間反思如何去改善，最終，同學的劇本能成功地展示出精神健康的信息。

**精神健康 你我關注**

在「閱讀才藝展歡容」表演中，各班必須選取書中一段同學認為最能帶出主題的情節，例如：其中一個班別以一個人失業後的困擾為主題，後來，這個人物得到家人的幫助，使他走出精神困擾的陰霾。這次活動能加深他們對精神健康的關注，同時同學亦透過扮演不同角色，糾正他們以往認為只有精神病患者才需注重精神健康的錯誤觀念。

**溝通妥協 領袖秘訣**

作為核心小組的小導師或學會的領袖，都要領導同學進行各方面的磋商，制定政策。如討論「健康周」遊戲時，有同學認為以攤位遊戲更有趣味，有同學則認為以展板比較簡單，無需太多工作，於是大家會各持己見。此時，來一個「暫停」，讓大家冷靜，由主席提醒大家要考慮的因素，例如製作需時，空間的限制等，幸然，同學最後都能作出較可行的決定。

**提升自信 轉移經驗**

核心小組的思健成員會引導同學思考和協助他們撰寫劇本。成員須具備三項條件去領導同學：第一是自信心。第二是自己的經驗，因為核心小組在兩年前曾參加類似的活動，可以教授他們有關舞台技巧和創作劇本的經驗。第三是溝通技巧。擁有這三種技能才能有效地指導中二級同學完成是次活動。

**活動成效靠檢討 成功絕非靠亂估**

**司儀發功 活動成功**

我一向不認為司儀是讀稿機器。我在「閱讀才藝展歡容」活動中所擔任遊戲環節的司儀，我需要控制場面的氣氛，觀察及挑選我認為最投入的同學回答問題，當同學答錯問題時，立即挑選另一位積極參與的同學回答，以維持活動的氣氛及同

學的投入感，使活動得以成功。

### **學以致用 實踐所學**

整個活動過程中，中二級同學對精神健康了解最深，他們閱讀有關書籍和資料外，還有核心小組的思健成員提供適當的協助，把參加講座時學到的知識告訴他們。但有學生在遊戲環節中把自閉症誤當精神病的一種，這證明學生仍有誤解。這次活動相信能糾正同學對精神健康的誤解。

### **數據評估 成效靠譜**

從各級的調查數據顯示，中二級的同學對活動的認同感最高。核心小組分析後認為中二級的同學有份參與表演，在排練期間，透過老師與核心小組的指導，令他們對精神健康問題有更深入的了解。相反其他級別同學只是觀看比賽，經歷不夠深刻，所以中二級在這個活動中得著也較大。這結果有助我們日後設計更有成效的活動。

透過在「晨讀」時間播放有關精神病康復者的短片，核心小組向同學灌輸精神健康的知識。精神健康涉及我們生活中的思想、感受及行為狀態，例如：學生讀書時有壓力，也是一種精神健康問題，希望可以引發同學關注。

### **團隊精神盡發揮 精神健康齊共融**

#### **求同存異 達成共識**

核心小組的思健成員協助中二級的同學為話劇選書。初時中二級的同學挑選的書未必能配合活動的主題。透過討論去引導中二級的同學去認識精神健康和健康人生，從而使他們選出更合適的書籍。

#### **設計活動 提升共融**

從我們設計的展板問答遊戲中，發現很多同學也答中提問。此活動有效提升同學對精神健康的認識。以及同學非常欣賞展板的內容，有助培養他們對精神病康復者應有的正確態度，與此同時亦增加了同學的同理心。

#### **堅毅恆心 好評奪魁**

其中一班中二同學表演的劇目是「我不是黑羊」，主角年幼孤苦無依，仍然堅忍不拔，積極面對生活，最後更創業成功。故事得到全場的好評，並奪得冠軍及多個獎項。同學從中明白精神健康的重要，每個人須擁有積極向上的心態。

#### **角色投入 社會共融**

開始的時候，中二同學往往抗拒扮演精神病患者的角色，但經過核心小組給予的一些訓練和解說後，同學投入了這個角色當中，並且有出色的表現。這次活動讓同學認為精神病患者並不是社會的負累，加強了同學的同理心，建構和諧共融的社會。