



保良局
PO LEUNG KUK



PO LEUNG KUK
ACADEMY
OF PROFESSIONAL EDUCATION
保良局專業教育書院

保良局專業教育書院 發掘孩子的性格強項（K2孩子家長）

日期：2023年10月28日（星期六）

時間：上午10時30分至中午12時正

玩遊戲

- 找錯處是最容易的，你只要肯找就肯定會有，但讚美卻不容易，也不是所有人都懂。
- 現今社會，我們往往用學術成績和才能去評價小朋友，對他們造成很多挫敗及失落感，甚至是情緒困擾。
- 有沒有想過我們可用另一個方向去認識自己的孩子呢？

今天早上

學習以外

試試看

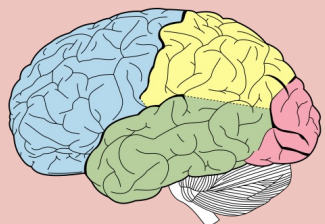
人和事

肯定讚賞



發掘孩子的性格強項

性格強項



智慧與
知識

獲取與運
用知識



勇氣

逆境時展
現意志，
達成目標



仁愛

人與人相
處時的能
力與關愛



公義

營造公平
公正的社
群



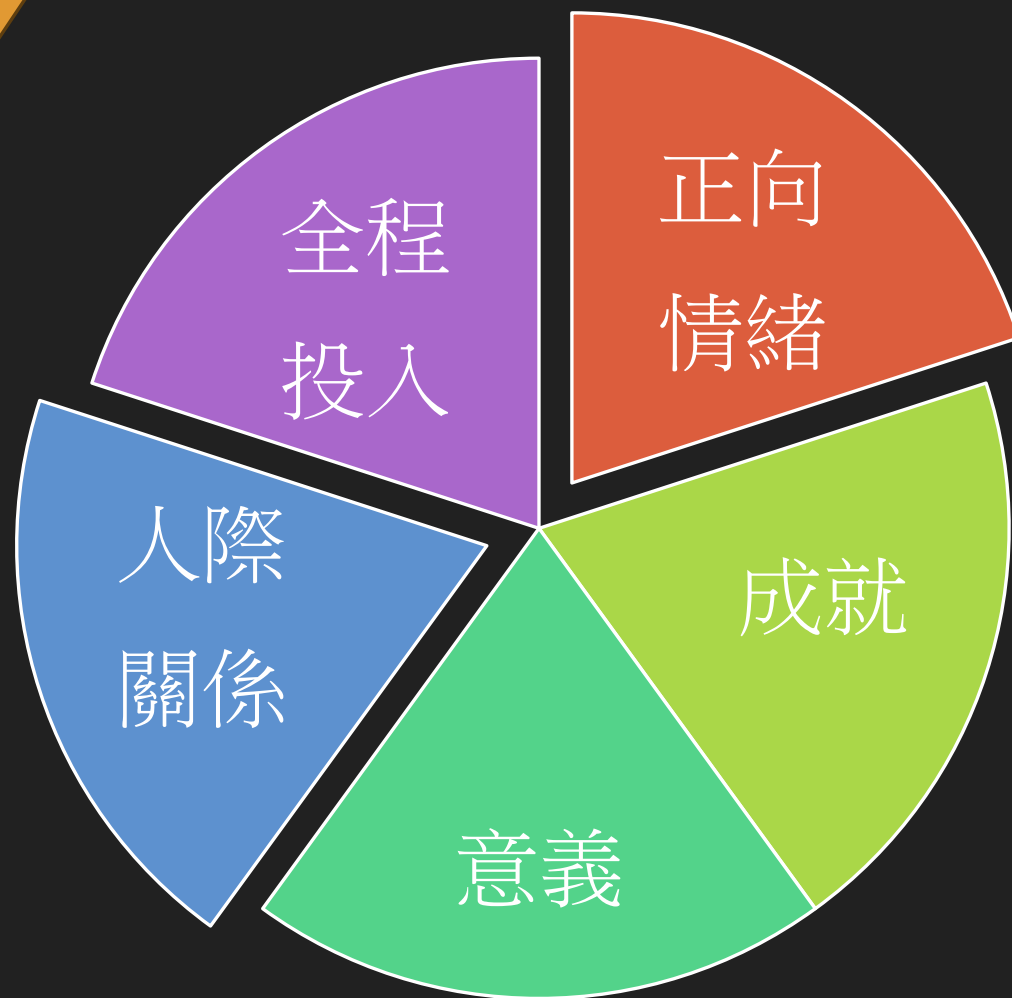
節制

個人設限，
以防過度



靈性及
超越性

對萬物的
欣賞與連
結





智慧與知識	勇氣	仁愛	節制	公義	靈性與超越
創造力	勇敢	愛	寬恕	團隊精神	對美麗和卓越的欣賞
好奇心	毅力	仁慈	謙遜	公平	感恩
開明思想	誠實	社交智慧	審慎	領導才能	希望
喜愛學習	熱情與幹勁		自我規範		幽默感
洞察力					靈修性

靈性及超越

對美麗和卓越的欣賞

在生命中的一切一切，從大自然、藝術、數學、科學以至日常生活體驗，你都有留意和欣賞到其美麗、優秀，和富技巧之處。

感恩

留意身邊發生的好事，並為此感恩，從不會視之為理所當然，因此，你向別人常常表達謝意。

希望

對未來抱有最好的期望，並努力達成心願；相信美好的將來是可以達到的。

幽默感

喜歡大笑和逗別人，為別人帶來歡笑，看到事物輕鬆的一面，喜歡開玩笑(但不一定是說笑話)。

靈修性

對人生目標和宇宙意義抱有貫徹始終的信念，明白人怎樣在大環境中作出配合；對於塑造人類的行為和賦予慰藉的生命意義抱有信念。

節制

寬恕

寬恕做錯事的人，給別人第二次機會，不圖謀報復。

謙恭／謙遜

不誇耀自己的成就；不追求別人的注視；不認為自己比人特別。

審慎

選擇小心謹慎，不過分冒險，不會說那些將來自己會後悔的話，或是做將來會後悔的事。

自我規範

規範自己的行為感覺；自律；控制自己的食量和情緒。

性格強項

二十四個性格強項人皆有之，

但當中哪個是你最突出的特質？

Prepared by Troy Ting

公義

團隊精神

作為團隊的一份子，你表現得很好，對團隊忠心之餘，還會做好自己的分內事。

公平

依據公平和公正的觀念，你對所有人一視同仁，不會因為個人感，而對別人作出有偏差的判斷。你給予每個人平等的機會。

領導才能

身為團組的一份子，在鼓勵組員完成他們的工作之餘，還會維持組員之間的良好關係。你籌劃團體活動，並予以實行。

仁愛

愛與被愛

你重視與別人的親密關係，特別是那些互相分享與關懷的關係。你能與別人親近。

仁慈

帶給別人恩惠和為別人做好事。幫助他們，照顧他們。

社交智慧

你知道別人和自己的動機與感受，明白怎樣配合不同的社交場合，知道別人想要甚麼。

勇氣

勇敢

面對威脅、挑戰、困難時，你不會畏縮；即使面對反抗，也會敢於發言；即使不受歡迎，仍會根據自己的信念行動。

毅力

你會完成自己開展的工作。即使過程中面對困難，你亦一樣會堅持下去，「誓不罷休」，並以完成工作為樂。

真摯與真誠

說實話、真實地表現自己、不虛偽、為自己的感情和行為負責。

熱情與幹勁

興奮和充滿幹勁的面對生命，做事不會半途而廢。你把生活當作一場歷險，感到充滿活力和生氣。

智慧與知識

創造力

能想出嶄新和多產的做事方法，其中包括藝術層面，但卻不只局限於藝術方面。

好奇心

對不斷出現的事物感興趣。對於不同的話題和題目感到著迷，並會銳意探索 and 加以發掘。

判斷力

能從多方面思考和考證事物，從不會妄下結論，亦能根據證據改變自己的想法，公平地衡量各方面的事實。

喜愛學習

不管是在課堂或自學，你都喜愛學習新事物，你喜愛上學，閱讀和任何有機會學習的地方。

洞察力

能夠為別人提供明智的忠告。你對這個世界的看法，對自己和別人來說都具有意義的。

情景一：放學後自動自覺做功課



嘩！咁叻咩？

咁快做晒？
今日好少功課做呀？
哈哈！

乖！

情景一：放學後自動自覺做功課



過程行動：媽媽看見你放學後自動自覺做功課，做完功課才玩耍。

性格強項：我欣賞你好「自律」！（自我規範）

情景二：賽跑比賽表落後，繼續完成賽事



呢次輸左唔緊要，
下次再努力啲啦！

差少少你就贏架
啦，真係唔抵！

唔緊要啦，努
力左就得。

情景二：賽跑比賽表落後，繼續完成賽事



過程行動：在跑步比賽裡，你沒有放棄，繼續努力完成賽事。

性格強項：我欣賞你好「毅力」！

情景三：拖著婆婆過馬路



過程行動

性格強項

情景三：拖著婆婆過馬路



過程行動：媽媽看到你
拖著婆婆安全過馬路。

性格強項：我欣賞
你好「仁慈」（幫
助及照顧他人）！

情景四：向同伴表達想自己玩



過程行動



性格強項

情景四：向同伴表達想自己玩



過程行動：你能夠向同伴說出自己的意願。

性格強項：我欣賞你是一個「真誠」的人（說實話，真實地表達自己）！

情景四：幼兒外出時每事問



過程行動

性格強項

情景四：幼兒外出時每事問



過程行動：你好多事情都想知道點解

性格強項：我欣賞你好有「好奇心」。

性格強項讚賞的好處

認識性格強項

感到快樂滿足

提升內在動機



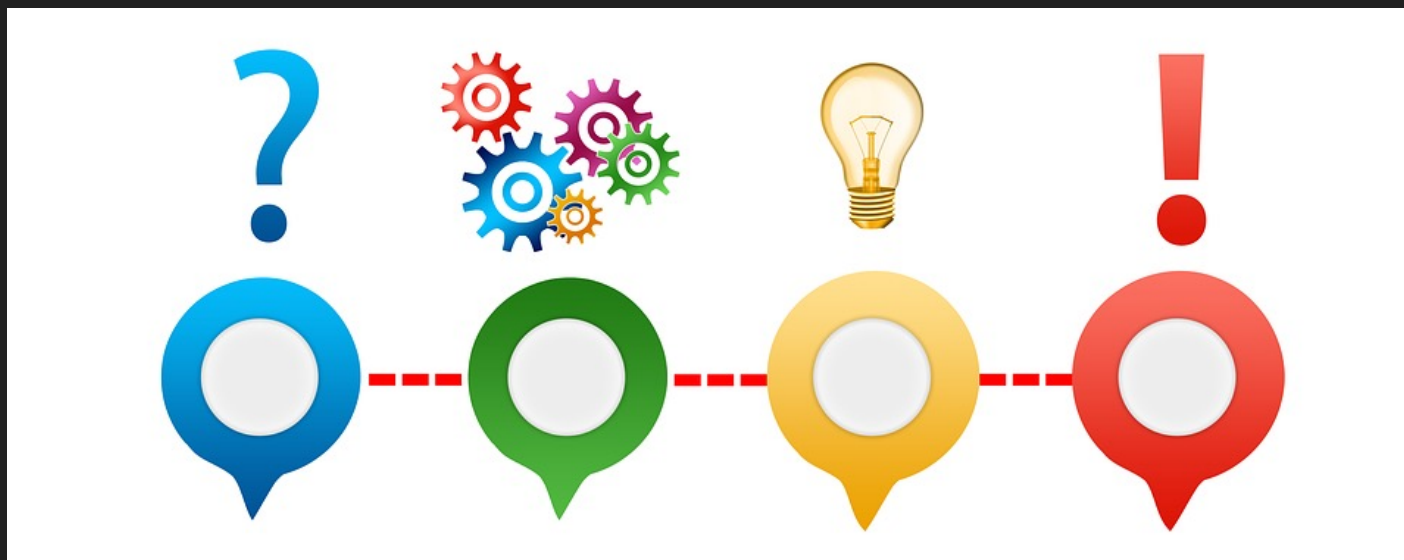
肯定讚賞

- 着眼孩子的強項和優點，真心真意地肯定孩子的小成就。



容許失敗

- 讓孩子了解失敗是成長必經的階段，鼓勵想方法解決問題，積極地面對困難和挑戰。



鼓勵嘗試

- 父母時刻陪伴，讓孩子感受到愛、支持與鼓勵，這是重要的強心針；和孩子一同冒險，從生活中學習。



總結



培養孩子實在是一門不容易的學問。從今天起，可以嘗試從品格強項欣賞你的子女，可能會有不一樣的發現呢！

意見回饋



完