



在瞬息萬變的世界中扎根 ——給未來主人翁的 成長備忘錄



林德育
將軍澳循道衛理小學校長

當我們為孩子描繪未來時，總會發現科技浪潮正以超乎想像的速度改寫世界。面對瞬息萬變的世界，我們該為孩子裝備甚麼的生命特質，才能讓他們在未知的浪潮中站穩腳步？作為教育工作者，我深信比起追求分數的「短期衝刺」，培養「可帶着走的能力」更關鍵——那些在歲月積累中形成的品格素養，將成為守護孩子一生的盾牌。讓我們共同思考：如何透過日常生活的培養，讓「成長型思維」、「堅韌自律」與「向善修養」植根於孩子心中，使他們無論身處何種環境，都能活出不被定義的精彩人生。

成長型思維： 在反思中破繭而生的生命力

若說未來世界是一場沒標準答案的馬拉松，那麼「成長型思維」便是孩子最柔韌的跑鞋。卡蘿·S·德威克教授指出：當孩子相信能力能透過努力增長，而非固定不變的天賦時，他們便更願意從挫折中吸取養分。

培養反思能力是啟動成長引擎的關鍵。腦科學研究發現，當孩子學會以「問題出在哪裏？我可以如何改進？」取代「我做不到」的自我否定時，大腦神經元的連結將因反覆修正而強化。家長可透過「每日三問」：「今天學到甚麼新事物？」、「哪些方法有效或無效？」、「明天想嘗試如何改進？」引導孩子看見「不完美」背後的成長空間，而非陷入不是對就是錯的評價框架。真正的進步在於接納當下的局限，並相信改變的可能。當孩子能從錯誤中萃取經驗，他們便擁有在AI時代最珍貴的「心智升級力」——那是在演算法無法取代、屬於人類獨有的進化本能。

堅韌自律： 在風雨中扎根的生存智慧

當代神經科學研究證實，人類大腦的前額葉皮質（負責決策與自我控制）就像肌肉，越在

「想做卻克制」、「跌倒再爬起」的掙扎中鍛煉，越能強化心智韌性。經常說品德修煉不在空談，而在面對誘惑時的真實抉擇：當孩子能放下手機完成功課、在寒風中堅持鍛煉，這些看似微小的「克己」行動，實質是將「我想要」昇華為「我應該」的修養實踐。家長可借鏡「階梯式自律訓練法」：從設定十分鐘的專注閱讀起步，逐步挑戰更長久的目標管理，關鍵在於讓孩子體悟「痛苦」的意義。當孩子學會在失敗時說「我可以再試一次嗎？」，在誘惑前選擇「延遲滿足」，他們便掌握了AI時代最缺少的「人性優勢」：那是在科技洪流中依然穩立的核心競爭力，讓自律成為本能。

向善修養： 在混沌中綻放的人性之光

若說科技是未來世界的骨骼，那麼「向善修養」便是血液。孔子言「仁者愛人」，孟子論「四端之心」，中國哲學早已揭示：真正的文明不在工具精進，而在人性光輝。儒家「推己及人」的倫理實踐，恰為現代教育提供路標。培養小孩的修養須扎根生活細節微小的善意行動，實質是行動體現《論語》「己欲立而立人」的精神。

當孩子理解「善行無軛跡」的深意，便懂得真正的善良不需張揚，而是如春風化雨般自然流露。在演算法主導的時代，這種修養將成為孩子最獨特的「人文識別碼」——既能避免淪為精緻的利己主義者，更能如《道德經》所言「既以為人己越有」，在成全他人的過程中，豐盈自己的生命。

當「成長型思維」讓孩子視挑戰為養分，「堅韌自律」使他們在風雨中穩步扎根，「向善修養」則為前行之路點亮溫暖的燈塔，三者交融，讓他們懂得在反思中進化、在自律中確定方向、在利他中豐盈生命。這些看似無形的修養，將成為他們與AI共舞時最獨特的「人性程式碼」。

從事教育24年。這些年來，發現自己不是「一個喜歡「得肉」的人，所以喜歡行山、跑步，減少身上的肉，自律地鍛鍊身體；自覺是一個喜歡「德育」的人，很喜歡與學生、家長、老師分享德育故事，造就別人，成就自己，追求卓越。