



林德育  
將軍澳循道衛理小學校長

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。」

## 2024年優秀的自己

2024年已經到來，回顧過去，有哪些事情讓我們反思並成長？我們又能如何推動自己進步，成為更優秀的自己呢？以下是五種能力的培養，或許會成為你在新的一年個人成長的目標：

### 學習能力

學習能力指的是掌握、理解和應用新知識和技能的能力。擁有良好學習能力的人可以快速適應新的學習環境，積極主動地尋求知識和解決問題的方法。在這個知識膨脹的世界中，學習不再受限於特定的時間和地點，而是隨時隨地從點滴積累中提升自己的學習能力。學習不僅僅是學習具體的內容，更重要的是學習如何學習，掌握學習的方法和技巧，對未來的人生道路將有巨大的幫助。

### 溝通能力

溝通能力是指有效地表達自己的意思、理解他人觀點並建立良好人際關係的能力，是學業和職業生涯中不可或缺的技能。擁有這種能力的人可以清晰地傳達自己的想法和觀點，與他人有效合作和協調，同時能夠傾聽和理解他人的需求和意見，並作出適當的回應，建立良好的人際關係，促進團隊合作和社會交往，為未來的發展打下堅實的基礎。有時候，孩子們的表達可能比較混亂，缺乏結構和內容。因此，作為成年人的我們更需要在日常生活中培養孩子們有效表達的能力，包括說話的結構、內容、語氣、姿態和自信。

### 團隊協作能力

團隊協作能力是指學生能夠與他人合

作、協調和共同努力實現共同目標的能力。擁有這種能力的人能夠與他人有效合作，彼此尊重並互相支援。正如一句諺語所說，一個人走，可以走得很快；一群人走，可以走得更遠。未來的世界不再是個人英雄的時代，而是一個互相支援、互相學習、相互共贏的時代。學生通過團隊協作學會欣賞和接受不同的觀點，不斷增強自己的能力，學會妥善處理衝突和建立良好的人際關係。

### 時間管理能力

好的時間管理能力能夠使學生有效地組織和安排自己的學習和啟用時間，避免拖延和時間浪費，提高學習效率和生產力。時間管理能力還會幫助學生培養自律、計劃和組織能力，這些都是未來成功所需的基本素養。許多在社會上有所成就的人都是時間管理高手，善用每一分鐘做有意義的事情，增值自己，拓寬自己的境界和人際網路。最重要的是，通過有效地管理時間，學生能夠減輕壓力，提升心理健康，並平衡學業和個人生活。

### 自我激勵能力

自我激勵能力是學生內在驅動力的體現，能夠幫助他們保持目標導向和持久的學習動力，提升克服挫折和困難的能力，保持積極的學習態度。特別有助於失落或即將陷入低谷時，產生一股力量來鼓勵自己，給予自己肯定，走出低谷的漩渦，並積極面對生活中的困難。

2024年剛開始不久，願我們都抱着N+1，不斷進步的心態，成就2024年最優秀的自己。🕒