



香港資優教育學苑
The Hong Kong Academy for Gifted Education

From Resilience to Excellence: A Life Exploration of the Gifted

從抗逆到卓越：探索資優兒的生命歷程

Biennial Parent Conference 2015
雙年家長會議 2015

SIN Ho-lam
Education Advisor
Parent Support Division
冼可琳
教育顧問
家長支援部

04.07.2015

家長期望



- 成就
- 解決問題能力
- 服從
- 規矩
- 優異學業成績
- 文憑試
- 求學不是求分數?

100



5**



天賦？困擾？

- 資優生高敏感度、完美主義和激動的特質，使他們比其他同儕有更大的壓力

(Silverman, 1993)



個人



- 高度的內控信念
- 易將失敗歸因於不夠努力
- 為自己設定過高的目標，當達不到時通常使他們感到挫折與困窘，因而造成情緒困擾(Davis & Rimm, 1994)



期望落差

負向完美主義內涵

正向完美主義內涵

過度在意錯誤	高標準
自我批評	組織
尋求他人認可	計劃性
在意評價	自我欣賞



自我認知



- 自我效能感弱
- 自我概念弱/自尊心低
- 自我批判
- 害怕失敗，亦害怕成功
- 常感焦慮、緊張(特別是在自己的表現上)



他人期望

資優生

期望過高

高水平表現只限於單一學科

自尊/自信低落

普通學生

期望合理

各學科表現平均

充滿自尊/自信



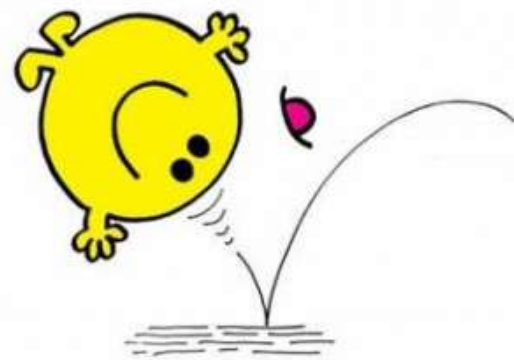
朋輩影響

- 66%的中學生表示朋輩的壓力是他們學業成就的最大阻力 (Clasen & Clasen, 1995)
- 踏入青少年期，學生受同儕的影響愈大，為了滿足歸屬感，不惜偽裝平凡，以取悅同儕，作一個深得人緣者。

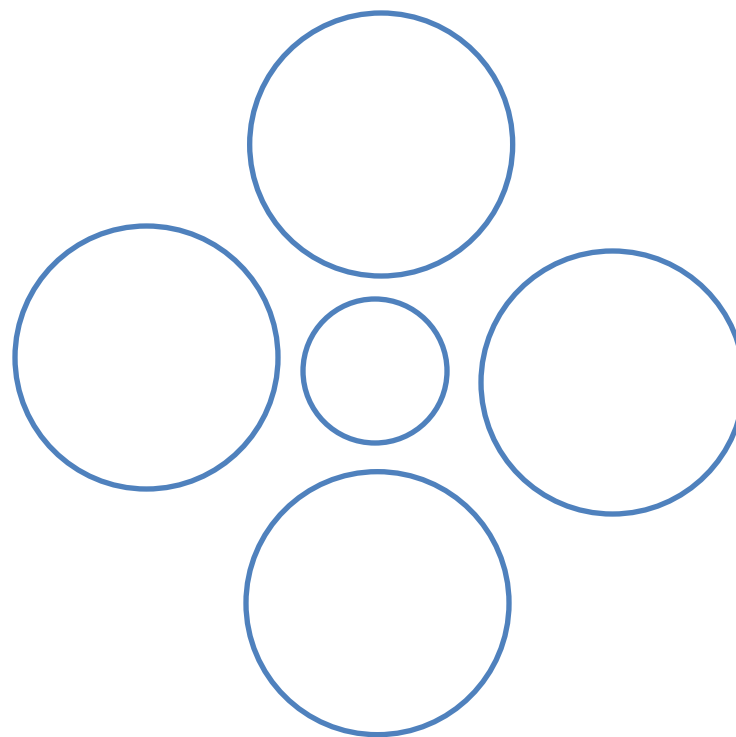
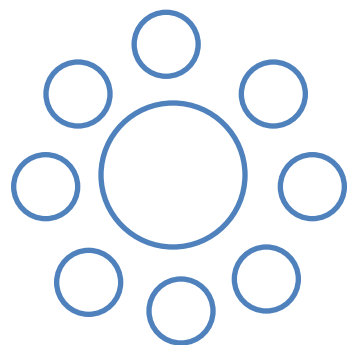


當壓力遇上抗逆力.....

- 不請自來
- 難以預測
- 不是個人專利
- 「個天對我唔公平」
- 「我是個失敗者」
- 「船到橋頭自然直」
- 「世上無難事，只怕有心人。」
- 「有信心未必會贏，冇信心一定會輸。」



看事情的角度影響我們的情緒



正向情緒重要性

- 提升創造力
- 持久性
- 較好適應力
- 有系統、組織
- 提升解決問題能力
- 化解衝突
- 少病痛
- 長壽





挫折 ≠ 失敗



塞利格曼的理論

- 永久性(Permanence)
- 廣泛性(Pervasiveness)
- 個人性(Personalisation)

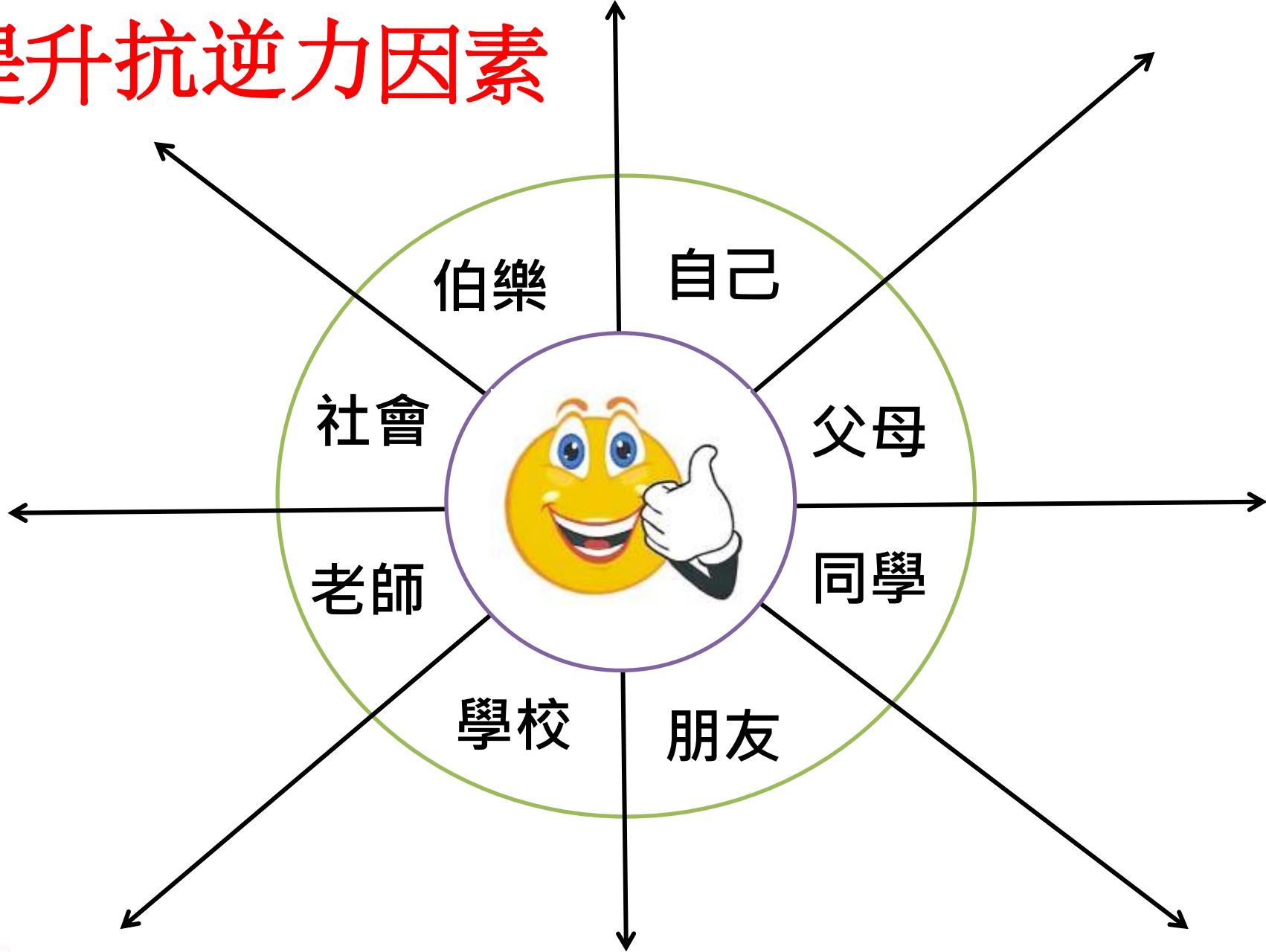


抗逆能力/復原力（Resilience）

「復原力乃個人具有的某些特質或能力，使個人處於危機或壓力情境中時，能發展出健康的因應策略。」（Konrad & Bronson, 1997; Lambert, Leone & Martin, 1998; Rak & Patterson, 1996）



提升抗逆力因素



資優生分享



References

- Silverman, L. K. (1993). *Counseling the gifted and talented*. Denver, CO: Love Publishing.
- Davis, G. A., & Rimm, S. B. (1994). *Education of the gifted and talented* (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Clasen, D. R., & Clasen, R. E. (1995). Underachievement of highly able students and the peer society. *Gifted and Talented International, 10*(2), 67–75.
- Konrad, K., & Bronson, J. (1997). Handling difficult times and learning resiliency. (Are you working with the heartwood or just the bark?). In *Deeply Rooted, Branching Out* (pp.1972- 1997). USA: Annual AEE International Conference Proceedings.
- Lambie, R. A., Leone, S. D., & Martin, C. K. (1998). Fostering resilience in children and youth. *Counseling and Human Development, 30*, 1-16.
- Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counseling and Development, 74*, 368-373.



Thank You

