

# 生活技能發展活動：生命騎士計劃

## Life Jockey Movement

香港基督教女青年會  
執行幹事李婉芬女士

---

李婉芬女士於 2002 年 5 月 25 日在由香港大學教育學院主辦，香港特別行政區政府教育署協辦的「生活技能發展與全方位輔導計劃專題研討會」所發表的回應演說。

---

### 一. 計劃目的和過程

不少香港學生很「豆腐」、很容易放棄、不肯付出，希望不需要付出便能不勞而獲。我們設立「生命騎士 Life Jockey」這計劃，是為了推廣生命騎士精神，製造校園積極人生態度，並抗衡社會上好博彩喜不勞而獲的歪風、青年人稍遇挫折便消極輕生的頹氣。我們邀請了來自十四間中學的老師及中四學生，每間學校有十二名學生參與我們舉辦的活動。由於活動效果很好，我們編印了生命騎士訓練手冊，讓學校可自行推行此計劃。在 1999 至 2000 年，我們申請了優質教育基金，在十間中學推行「生命騎士」計劃。同時，我們也發覺小學生有相若態度，不少也希望能不勞而獲且不懂得欣賞身邊事物。於是我們在 2000 至 2001 期間再次申請優質教育基金，在十間小學推行「生命小騎士」計劃。

從「生命騎士」的標誌及口號可了解計劃的目標。該標誌是描述一個人騎著一匹馬跳過障礙，與「生命騎士」的活動目標及口號相配合。

#### 1. 活動目標

- 重整個人價值觀念，探索人生路向。
- 積極面對時代轉變，攜手創造未來。

#### 2. 活動口號

- 生命我掌握，未來我創造。
- 想收獲，要付出。

我們期望計劃完成後，學生仍會記得這些口號。透過是項計劃，學生能夠積極面對困難與挑戰，建立健康的自我形象，能夠勇於承擔個人責任，培養積極進取的精神；並且曉得珍惜現有，塑造將來。

### 二. 計劃流程

首先是開幕禮，目的為解釋整個計劃活動程序。接著是三大環節的活動，包括「活力青年 Arena」、「動感青年 Plaza」、「銳志青年 Oasis」。

### 1. 活力青年 Arena

這是一個讓全級學生參與的發展性輔導活動，亦是整個活動的熱身遊戲。全體學生分成大約十至十二人一組，作熱身遊戲和隊制比賽，程序設計讓每個人都一定要付出才可得到收獲。雖然學生需要付出才能有收獲，但亦存在幸運因素，有些同學可因幸運而得到銀票（他們只需符合某些條件，例如配戴眼鏡，便能自動增加銀票），這與真實人生亦存在幸運成份相吻合。最後在銀行時間，同學需將手上的銀票（勞力所得的銀票加上幸運所得的銀票）換取金幣以參與第二環節活動。

### 2. 動感青年 Plaza

在這個環節，同學可利用在「活力青年 Arena」時所賺取的金幣去參加不同場區（plaza）的活動，學習在有限的時間內作決定，例如要預計投資多少時間在那個場區的活動，而隨隊的老師可觀察同學所作出的決定以及在此環節的表現。

全場分為五大場區：

家庭區：應付家中的突變，建立和諧家庭關係，準備作個好父母。

友情區：學習建立友誼，瞭解影響友情的因素，辨識人際關係的情緒（EQ 訓練）。

學業區：分小學、中學及大學，讓同學體會小中大的學業特點，同學修畢課程後可取得證書。

工作區：分不同階層和類型的工作，同學可自由選擇不同的工作以取得工作體驗，但工作性質與學歷掛鉤。

消閒區：分銀行和消費的地方（如小食部、茶座），讓同學自由投資及運用他們手上的金錢。

突發事件：在遊戲中途，會有一些工作人員扮演小偷、病魔去襲擊同學，例如偷取他們的金幣，要他們留醫，令他們要停玩十五至三十分鐘遊戲。這樣可以讓學生明白現實生活會有如此情況，看看自己會否堅持，又或是放棄繼續投入。此設計是讓同學感受一下現實世界的不如意事情，例如病了不能工作，被人偷錢沒有錢用等等情況，以增強學生應付突變的能力。

### 3. 銳志青年 Oasis

黃昏時段，是經驗鞏固的時間。完成了上一環節活動後，老師會計算學生所得的金幣，以及根據觀察，與同學總結全日所得到的經驗。

## 三. 參加者表現

不同的學校及學生有不同的表現及結果，這些表現及結果反映同學的真性情，同時也可反映他們是怎樣的人。例如有同學堅持完成小學、中學及大學後，才到工作區找工作，以增加自己的工作出路，但在某些情況下他們所能賺取的金幣可能較少，因等到讀完大學時，已有大量同學在工作區排隊等候工作。他們需要用很長時間去排隊找一份工作，才能賺取一個金幣。這反映出人生就是如此，存在不同的變數。相反，有些同學會整天留在茶座吃東西，只利用金幣買三合彩，等待每半小時的開彩時間。有些會到「真真開心樂園」玩遊戲贏取禮物，不去讀書或工作。形形色式的學生，有人積極開心，有人苦悶流連。最後，究竟學生怎樣運用一天，反映他們如何運用自己的人生。

#### 四. LJ 的特色

這個活動擁有高度的互動性，靈活性很高。透過活動中的表現可以反映同學們的人生概念及處事態度是怎麼樣的，讓老師了解自己的學生。同時，學生也可從程序中得來的啟示去反省一己的處事概念。不同學校的學生亦有不同的反應，有些積極投入活動之中，有些則投閒置散，但無論學生的反應如何，老師均能於經驗鞏固時間協助他們去反省自己的態度。老師可以藉生命騎士計劃更了解自己的學生，而學生對人生的體會也增加了。

#### 五. 總結

從生命騎士計劃，我們看到學生生活技能發展活動的籌劃有四個要點：

1. 老師的參與很重要。因老師可藉此了解自己的學生及協助學生去了解自己。在參與計劃的二十間中小學中，有些學校未能派出足夠的隨隊老師，唯有由中七的學生代替，但效果與有隨隊老師的相差頗遠。因為中七學生並不能如老師般有觀察力及總結能力於經驗鞏固環節時給同學意見及反思。
2. 家長的參與也很重要。小LJ設有家長參與部份，他們可以協助做不同環節的主持人，效果很好，因家長可在子女回家後延續討論相關人生態度，教導學生明白究竟生命是甚麼及如何去珍惜生命。
3. 其次是人才訓練的重要性。我們從優質教育基金所得的資源是有限的，所以此計劃的負責同事流失相對高。因此當有新同事加入計劃時，需要適當啟導才能發揮程序的特色，負責此計劃的老師亦要接受一定的訓練才可發揮程序的果效，以推動「生命騎士」的精神。
4. 最後是「形」與「神」合一。若學校只為舉辦活動而辦，卻忽略了活動本身欲達成的目標及所需之配套人手與跟進安排，則有形式而無神髓，實難收到預期效果。

#### 參考書目

香港基督教女青年會主編：《生命騎士訓練手冊》1998年。