



資深傳媒人、教育公關
梁永樂

擔任教育公關超過十年，同時為香港電台家長節目《我們不是怪獸》及商業電台教育節目《33校網》主持人，致力將學校特色、優點，透過媒體及各種途徑宣傳，讓公眾特別是家長了解學校的理念更多。

百分百學生 認為校園生活愉快 「小學雞」的3個幸福感

全城關注學童情緒健康，衛生署今年推出「全校園健康計劃」，有參與學校上月收到《學校健康報告》後跟我報喜：問卷調查結果顯示，全校100%的小四至小六學生，認為學校生活「愉快」或「非常愉快」，連衛生署代表都表示全港罕見，特意向學校取經。我當然替校長高興，恭喜她推動Happy School理念多年，終於獲得學生親身認證。

這所獲得百分百學生肯定的學校，是深水埗直資嶺南大學香港同學會小學。值得注意的是，問卷調查並非在學校進行，而是學生在家長陪同下，到健康服務中心檢查時自行填寫，答案絕對是學生由心出發的「自評」。那麼，嶺小學生的幸福感從何而來？我嘗試從調查結果解讀一下。

第一：睡得夠

每當孩子「忪忪憎憎」，我總會提醒他們「停一停、喇一喇」，因為休息是最佳良藥。報告顯示，超過六成嶺小學生在上課日前一晚能睡滿八小時，高於全港平均的五成。這或與學校減少測考有關：考試分數只佔總成績四成，並改用默書、小測、口頭報告等方式評估。學生睡得夠，情緒更穩定，學習與成長自然受益。

第二：有出口

調查又問學生，遇到問題時能否找到人傾訴？超過九成嶺小學生回答「可以」，遠高於全港平均的七成。校長吳曉靈認為，這與學校的師生比例密切相關：全校實行雙班主任制，小一更有「3.5位班主任」照顧一班同學。換句話說，「梗有一個老師喺左近」，關顧更到位。

第三：家庭支持

快樂校園也需要家庭呼應。報告顯示，超過96%嶺小學生認為家庭生活愉快。吳校長說，這未必完全是學校的功勞，但嶺小重視家校合作，每年舉辦校長茶座、家長學堂、義工活動等，接觸率近乎百分百。她鼓勵家長多參加學校活動：「了解孩子的生活，就多了共同話題；見到其他小朋友，也會對自己的子女多一份欣賞和接納，不再盲目追求不切實際的期望。」當學校與家長理念一致，互相支持，孩子自然更安心快樂。

不記得哪位高人說過，開心可以好簡單，真正快樂卻不是偶然，而是要用心經營的結果。資料顯示全港近七成學校參加了這個健康計劃，我建議參加學校也多向家長講解這份健康報告，家校合作，讓家長在小朋友出生時許下的「健健康康、開開心心」的願望，能夠夢想成真。😊