



成功與幸福感的科學

(F1PPW001C)

人類行為研究，經已識別出數個影響人們如何思考和作出行動的重要因素。很多時候，這些因素對於我們能否成功追求所思所想，或對生活是否滿意至關重要。我們將在課程中，介紹部分因素，並集中分享以下主題：

課堂	主題
1	成功所需的心態：勇氣和成長心態
2	成功所需的心態：簡介 PERMA 幸福五元素（正向情緒、全心投入、正向人際、生命意義及成就感）
3	幸福（或幸福感）所需的心態：人類社會的獨特性
4	幸福（或幸福感）所需的心態：將幸福感視作一種技能、同理心、寬恕的胸懷和感恩的態度

課程簡介

活動種類/程度

課程

先備知識

本課程並無特別要求

導師

吳大琪教授
香港科技大學講座教授
香港資優教育學苑前院長

對象

- 只限於 2021 至 2022 學年就讀中四至中六的香港資優教育學苑學員
- 名額：15 名
- * 先到先得

講授語言

粵語

證書

出席率必須到 80%或以上，方為完成此課程。學員將獲學苑頒發的電子證書。學員於完成課程 3 星期後可在「學生學習概覽」（<https://hkage.org.hk/b5/student/SLR/SLR.php>）下載證書。

預期學習成果

- 完成本課程後，學員應能：
1. 從科學和實證角度了解導致幸福和快樂的因素。
 2. 辨別出成功和幸福所須具備的習慣/心態。
 3. 促進情緒和心理健康習慣，並將之融入生活之中。

報名連結

<https://hkage.org.hk/b5/student/Registration/courses/courseLogon2.php?pid=4355>

截止報名日期

2021 年 10 月 11 日正午 12 時

日程表

課節	日期	時間	地點 (香港資優教育學苑)
1	2021 年 10 月 16 日 (星期六)	上午 10 時 至 正午 12 時	206 室
2	2021 年 10 月 23 日 (星期六)		
3	2021 年 10 月 30 日 (星期六)		
4	2021 年 11 月 6 日 (星期六)		

備註**準備及注意事項：**

1. 如報名人數不足，學苑有權取消課程。
2. 為配合課程發展的需要，香港資優教育學苑職員會在個別課堂進行觀課、拍攝/攝錄上課實況及/或保留學生作品作為示例，以供教學評估、研究及/或公開展示用途。
3. 本課程或會因應 2019 冠狀病毒病疫情發展及香港教育局有關面授課程的最新公布而改期或轉為網上課程。請密切留意香港資優教育學苑發出的電郵通知及網上通告。
4. 倘若受到惡劣天氣影響，課堂安排以「惡劣天氣下學生課程/活動的安排」為準。詳情可瀏覽學苑網站：<https://www.hkage.org.hk/b5/students/important-information/bad-weather>

查詢

如有查詢，請致電 3940 0101 聯絡我們。