

親愛的沙崇人：

新年伊始，不少人都喜歡訂立新一年的目標，希望來年做得更好。你又有沒有主動為自己訂下目標，精益求精？說起主動，學校期望沙崇人都可以具備「主動」這項素質。今次就跟大家分享一下我對「主動」的一些看法。

我想，如果是與電子遊戲又或是韓星相關，不用他人指示也會主動鑽研攻略及相關報導，對嗎？但如果是指的在學業上主動一點，譬如說多看一點與學習內容相關的文章，有同學便不願多做。以上的例子，除說明「主動」是有其針對性的，也正好說明人人都有其「主動性」，如果在應該要主動的領域裡提不起勁，其實是不為也，非不能也。

我認為從英文去了解，會讓我們更容易掌握「主動」是怎樣的一個概念。沙崇人特質的「主動」，英文是 self-motivated，直譯就是「自己推動自己」，即自我激勵(self-motivation)、自發(initiative)。自發去做些甚麼事情呢？自發去學習新的事物、去溫故知新、去探究、去鑽研；去思考問題、思考解決問題的方法、並以行動實行計劃；去自我檢討、自我完善、自我實踐、乃至止於至善。自發的人，就是不需要外來的力量（如他人的提醒及鞭策）也會有所行動，讓自己在學養上、在品格上成為一個更好的人。如果你對某件事情本身已經感到興趣，要主動並不十分困難。但若想成為更優秀的人才，關鍵之一就在於你是否能夠在沒有特別感到興趣的事情之上，甚或是在逆境之中，仍持續地激勵自己走下去。我認為，在品格上的自我要求及自我完善，是這種「主動性」的最重要體現之一。有謂「克己復禮為仁」，而「為仁由己，而由人乎哉？」

品格以外，我們也不妨世俗一點去看「主動」的重要性。近年各國都在講「可就業性」(employability)，就是指一個人的素質在多大程度能幫助他找到工作。主動的人比不夠主動的人更具競爭力，這是很容易理解的事情吧。事實正是如此。在成為老師之前，我曾在跨國的人力資源顧問公司工作過。那時候，我所接觸的客戶大多是跨國企業的人力資源經理，而我主要的工作之一，便是協助他們解決在招聘上遇到的問題。「自發」、「主動」、「主動學習」、「推動變革者」(self-motivated / initiative / active learning / change agents) 諸如此類的字詞，便是他們常常用到的。雖然用字不同，但他們所描述的意思相若。其中的共通點，便是僱員能否自發思考及解決正在面對以及可能會面對的問題。對大部分人力資源經理來說，主動學習及自發解決問題的性格傾向，是他們最希望從應徵者身上看到的素質之一。重點是：不論是甚麼行業，僱主都對應徵者的有這樣的要求。

事實上，研究發現，主動的人在其領域（不論是商界、運動還是藝術等）都有較大的成功機會。因為他們會自我檢視、主動發掘妨礙進步的限制、積極思考改善現況的方法、訂立新的目標、並將目標付諸實行。研究也發現，主動的人較願意接受及學習新事物，因此在面對轉變及逆境時，也會有較佳的表現。親愛的同學，在我們這個資訊爆炸、瞬息萬變的廿一世紀，「主動學習」的心態及能力只會變得愈來愈重要，因為它關係到我們能否有效應對不斷變遷的外在環境。如果你是個主動自發的人，我恭喜你，因為你將會獲得很多大學及企業的垂青。為甚麼這樣說呢？首先，「主動」與否是裝不出來，靠「扮」而蒙混過關是不太可能的。第二，因為你積極求進步的努力理應會令你在該些範疇上比同儕有更佳的表現。第三，正是因為現時不少企業以及大學都抱怨年青人欠缺自發性，如果你能展示你的主動性，你將會鶴立雞群，很容易便能突圍而出。但如果你自認還未夠「主動」的話，也不要失望。學術界一般認為，「主動」及「自我激勵」是可以學習及實踐的！

但怎樣才能做到自發呢？這個問題一點也不易答，因為主動涉及做該項事情的動機（motivation），而動機本身是一件十分複雜的事情。商業管理和心理學等領域都對這題目做過大量研究，也提出過很多相關的理論。有興趣的同學不妨**主動**到書店逛一趟、上網搜尋一下，我保證你會找到很多相關的文章。

要做到自發、主動，不同學派所建議的方法不盡相同；雖然如此，它們還是有一些共通點。亞里士多德有這樣的一句名言：「*我們的重複行為造就了我們，所以卓越不是一個行為，而是一種習慣。*」（“*We are what we repeatedly do. Excellence, then, is not an act, but a habit.*”）因此，我們可以透過有意圖的重複去做，而形成習慣。一旦成為習慣，就能自發去做了。篇幅所限，以下我就跟大家分享兩個在不少相關文獻也有提及到的方法。

(1) 檢視自己的人生目標：

由「被動」變成「主動」是一個過程。要做到主動，有人建議我們把願景寫出來，並放在當眼處，以提醒自己更主動向著這方向努力。

研究發現，是否有清晰的人生意義與自我激勵關係十分密切。這不是短期的目標，乃是長遠的人生使命啊！蘋果公司的創辦人喬布斯（Steve Jobs）就曾跟大學生分享了這樣一個方法：你每天對著鏡子，問自己如果今天是在世的最後一天，你會打算怎樣過。他說這樣的思考有助我們認清甚麼才是對我們人生最重要和有意義的東西。另一個也常被提及的方法是：反思一下你在過去的經歷中，有甚麼事情令你有持續的愉悅感或滿足感？嘗試指出三件這樣的事件。這些事情的共通點，可能便是與你的人生使命相關。

但你們還算年輕，未能確立很明確的人生使命，是正常不過的事。但一個發展方向，還是應該有的。倘若真的連方向也想不到的話，也不用太過擔心。我會鼓勵你**積極、主動地**參加不同的課外活動，擴闊自己的眼界，有了一定的經驗及閱歷後，你便更能掌握你要朝甚麼方向發展。一旦認清人生目標或發展方向，你便可以把現在要完成的事情與之聯繫。例如，讀書不再只是為了應付父母和老師的要求，而是因為它是我達成志向的重要手段。假若我想成為出色的電腦應用程式員，如果連英文也學不好，怎樣能去矽谷工作呢？因此，學好英文變得更有意義。

(2) 計劃每天要完成的事情：

研究發現，訂立目標與自發、自我激勵息息相關。訂立合適的長遠目標（如以 SMART 原則訂立目標）固然是極重要的技巧之一。但主動的人也會訂立短期的目標，包括每天必須完成的清單。在面對困難或問題時，他們更會把問題切成更細小的部分，並安排時間，逐一擊破。舉例說，如果某一科（例如英文）對你來說十分困難，你可以每次只處理這一科目的一個小部分（如讀、寫、聽、講的其中一項）。每天安排少少時間（如每日看十分鐘英文新聞），一段時間後回望，你便會發現你比以前走得遠了。走遠了的感覺將會是推動你再走下去的動力之一。

二零一八年才剛開始，你有訂立甚麼目標嗎？如果還未有，不妨以成為更主動學習的人作為方向，在你所希望發展的領域，更自發一點去學習、鑽研、自我完善。祝各位同學在新一年在學養及品格上都有所進步，精益求精！

通識科

文浩輝老師