

正能量爸爸計劃

在獲得灣仔區議會贊助下，由灣仔區議會社區建設委員會屬下國民教育工作小組與聖雅各福群會灣仔綜合家庭服務中心（下稱中心），成功合辦名為〈正能量爸爸計劃〉，內容包括：

1. 2009年10至12月：給〈正能量爸爸〉的一封信徵文比賽；
2. 2010年1月2日：與〈正能量爸爸〉有個約會（徵文比賽頒獎禮暨分享會）；
3. 而得各區議員撰文支持下，連同各得獎作品，中心出版了名為向正能量爸爸致敬（給正能量爸爸的一封信徵文比賽得獎作品文集）；
4. 並於2010年6月19日（父親節前一天），舉行〈向正能量爸爸致敬〉講座暨書刊發佈會。

在整個計劃中，工作小組常被問的三個問題，1. 為何以爸爸為題？2. 何謂正能量？3. 為何以書信為比賽形式？藉此機會，與大家分享當中的理念：

首先，母親對家庭的貢獻是無庸致疑的。以爸爸為題，因為在社會的普遍現象及社會服務中的觀察所得，父親被肯定及重視的機會較小，而且在心理學研究中發現，爸爸的角色其實舉足輕重：父親角色在兒童性別角色、道德、智力與成就、以及社會能力與心理適應等方面發展極具重要性(王珮玲，1993)。

由前任美國心理學會會長Martin Seligman倡議的正向心理學(Positive Psychology)，以研究個人長處、建立正面情緒和積極思維為重點。根據「正向心理學」的研究，要擁有快樂和成功的人生，需具有24種正向的性格特質：

1. 智慧 - 好奇、好學、見解、判斷力、創造力
2. 勇氣 - 正直、勇敢、毅力
3. 人道與愛 - 仁慈、慷慨、愛、被愛
4. 正義 - 責任、公平、公正、領導力
5. 修養 - 謹慎、謙虛、自制力
6. 心靈 - 感恩、樂觀、寬恕、幽默、熱情