

從如何到為何：對提升青年動力、 能力和競爭力的反思

陶兆銘

香港中文大學社會工作學系

助理教授

汽車與單車的故事



青年的內在動力

- 自我決定理論(Self-determination Theory)提出每一個人也有與生俱來三種基本的心理需要，包括自主、能力和關係(Ryan & Deci, 2000, 2002)。
- 自我決定理論認為，只要社會環境不阻礙人滿足這三種基本需要，人便會產生內在動力(intrinsic motivation)，而內在動力能推動人盡情發揮自己，邁向自我實現。

青年的內在動力

- 人有動力，縱能力不足，他/她自然會補足自己，逆難而上；人有能力，卻缺乏動力，他/她的能力不會持久發揮，徒然浪費。
- 人能產生內在動力，不是建基於物質回報，而是他/她能發掘當中的意義。

「競爭力」是可能的結果，而非原因

- 意義帶來動力，動力帶來能力，能力能夠彰顯，自然帶來「競爭力」。
- 但所謂「競爭力」，應該是特殊性而非通用性的。況且，它的出現只是一個可能的結果，而非發展青年的原因。

青年成長和發展的目標

- 協助青年尋覓自己的人生意義、培養動力、發揮能力的最大原因，是每一個青年人也值得(deserve)有這樣的人生。
- 青年的成長和發展是目的，不是手段；但當人能盡情發揮自己，社會便會進步。

啟蒙生命意義的青年發展

- 青年發展應以啟蒙生命意義為基礎。青年能夠積極投入人生，便是建基於他們對生命的肯定和承擔，以及不斷對自己的成長作出整合。
- 以啟蒙生命意義為基礎的青年發展，並沒有排除提升青年的能力。它強調協助青年更根本地探索生命價值與人生意義等課題，培養青年擁有成長的動力。

啟蒙生命意義的青年發展

- 每一個人也應賦予自己的人生意義，而非盲目跟從主流社會論述。
- 協助青年探索人生的意義，就在於協助他們確認和肯定自己正在參與探索意義當中。



- 如果個人藉著自發性的活動實踐自我，從而跟世界建立關係，他就不再是孤立的分子；他和世界變成一個結構化整體的一部分；他有他合法的地位，因此他對自己和人生意義的疑惑消失了，這種疑惑起自他的隔離和人生的受阻；當他能自發性生活而非強迫性或自動機械性生活，疑惑就會消失。他察覺自己是積極有創造力的個人，認出「人生的意義只有一個：就是活下去的動作本身」。

佛洛姆



多謝各位！

[Tel.: 39437375](tel:39437375)

[E-mail: siumingto@cuhk.edu.hk](mailto:siumingto@cuhk.edu.hk)