

# 佛教葉紀南紀念中學

## 二零一八至二零一九年度

學生輔導組第一期通訊

九月至十月

學生輔導組網站: <http://www.byknmc.edu.hk/CustomPage/72/1819.counsel.newsI.pdf>

### (一) 周年計劃目標：

1. 協助學生有統合的發展，邁向自我實現之途。包括：
  - (i) 處理學生個人、學業及情緒問題，協助學生培養自勵自律精神；
  - (ii) 幫助學生認識自己、接納自己和欣賞自己，建立健康的自我形象和發掘個人潛能；
  - (iii) 協助學生培養積極的學習態度，建立明確的人生觀和適當的生活方式。
2. 透過籌辦學校的本位輔導活動，建立良好的校風和營造良好的學習環境，為學生提供更全面的學習機會。
3. 透過家長講座、工作坊、面談和親子活動，促進家長與子女的溝通及提升家長管教子女的技巧。
4. 本著校訓「明智顯悲」的精神，並配合學校以「活出精彩人生，成就理想；締造和諧世界，自律自重」為活動主題及口號，本組以此作本學年工作目標之一，提供多元化的預防性活動。

### (二) 學生輔導組成員(2018 - 2019)



駐校社工：李慧芬姑娘 王信光先生  
(香港家庭福利會)

專責輔導員：陳琬貽姑娘 黎欣珩姑娘

駐校心理學家：鍾晞信姑娘

統籌老師：高寶芳老師

成員：吳秀賢老師 袁鳳儀老師 陸柏然老師

湯紫怡老師 葉秀貞老師 何偉培老師

黃靈軒老師 梁煒欣老師 蔡莎莎老師

余珮君老師 陳慧文老師

### (三) 活動報告

#### 中一迎新日

社工及輔導組老師已於 6/9 為同學舉辦迎新活動，介紹社工及輔導組的活動之餘，學生透過中一迎新日的機會，亦與新同學互相認識，增進彼此的友誼。活動當天，社工精心安排不少分組互動遊戲，老師亦放下繁重的工作，與同學與眾同樂，現場氣氛熱鬧，笑聲洋溢，師生共度了一個愉快的下午。

*Welcome Home*



鞋子疊疊樂，齊心就事成

#### 「友型友格」社交技巧小組



學校社工李姑娘為十五位中一的同學在九月至十月期間舉行社交小組，透過遊戲認識自己及學習與人相處之道，從而享受良好的人際關係。小組的活動形式豐富，包括：討論及團體合作遊戲。同學都表示享受小組過程及能夠從中學習處理社交上的困難。

#### 「Say Hello to Work」工作體驗計劃 - 嘉許禮

2017-2018 年度「Say Hello to Work」工作體驗計劃隨著於 9 月 13 日舉行的嘉許禮圓滿結束。參與計劃的 12 名中四同學經歷了小組訓練、行業參觀和面試後，最後在試後活動時間及暑假順利完成 10 天的工作實習。在嘉許禮中，同學們分享透過這次活動，他們深刻體驗了工作和與他人相處，認識了自己的長短處和興趣，同時反思自己的工作態度和思考自己的未來職涯路向。



同學於美容院實習



嘉許禮大合照

## 千「棋」百趣

為了增進同學間的友愛關係，學校社工逢星期一及二都會在午息時間安排受過訓練的義工指導其他同學玩不同的桌上遊戲。此活動不但能磨練義工的帶領活動技巧，亦能提供一個輕鬆愉快的地方給同學建立關係，從而營造和諧的校園氣氛。



中一同學在指導下玩不同桌上遊戲



義工學習如何講解指導桌上遊戲

## 中一級 Get Set Go 升中適應挑戰營

本年度社工及輔導組為訓練各中一同學勇於接受挑戰，從而學習自律及培養合作精神，在九月十四日為中一同學在大嶼山香港基督教女青年會梁紹榮度假村舉辦了 Get Set Go 升中適應挑戰營，以培育同學的團隊合作精神為主要重點，同學表現積極投入，並在活動分享環節中都覺得獲益良多，將所學的精神及態度應用在校內的生活上。



同學學習溝通和合作去完成任務



齊心協力下，同學成功用鼻子觸碰半空小球

## 公益金便服日

2018年10月11日（星期四）是本校一年一度公益金便服日。便服日自1993年首辦以來一直深受歡迎，呼籲各界人士獻出愛心，把平凡的一日變得不平凡。一如以往同學們都主動積極參加是次慈善活動，把自己一部份零用錢捐給公益金，展現了同學們的愛心。這活動除了給同學一個參予慈善活動的機會，幫助有需要的人，亦可培養同學熱心公益，實踐關懷社會，真是一舉兩得。



香港公益金  
THE COMMUNITY CHEST



### 朋輩調解計劃

第十七屆「朋輩調解計劃」嘉許禮已於 7 月 7 日在葵涌蘇浙中學舉行，嘉賓對各校所有成員在過去一年的努力與付出都予以肯定。本年度共有 14 位中五同學參加本計劃，擔任朋輩調解員。校內訓練已經開始，並將於 11 月在本校進行「聯校訓練日」，日後在校內展開調解工作，協助身邊的人以和平方法處理紛爭。



朋輩調解聯校大合照

### 中二級班際健球比賽

今年的中二班際比賽邀請了健球 (Kinball) 教練進行指導，讓老師和同學一同體驗健球比賽的樂趣。一眾老師和同學都感到新鮮有趣，比賽過程緊張刺激，同學為自己所屬班別同學打氣，場面熱鬧。參加者都非常投入。各班的比拚相當激烈，最後 2A 班僅以些微分數勝出，同學們都高興不已！



比賽前的大合照



同學挺身而出不讓球落地

### 面試及儀容技巧訓練課程

社工及輔導組為中六同學舉辦的面試及儀容技巧訓練課程，已於 9 月 12 日、13 日及 19 日完成。透過教導同學有關面試及儀容技巧，培養同學具有信心應付各種面試。同學都反映獲益良多。



同學學習皮膚護理技巧

## 耀陽行動—「2018 中秋福袋派發及探訪長者活動」



為了培養學生對長者的關愛，了解長者的需要，耀陽行動、慈輝佛教基金會與輔導組於 2018 年 9 月 15 日合辦了「中秋耀陽派福袋」活動，參與義工的同學探訪了荔景邨一帶的獨居長者，關心長者的生活需要，並送上中秋應節食物福袋，讓長者感受關懷和溫暖，一同分享佳節的喜悅。探訪活動完結後，同學都樂於分享個人感受，並能從中反思自己在日常生活中對長輩的態度，獲益良多。



派完福袋，一眾義工齊齊來個大合照。

## 1+1 暢遊半天遊活動

輔導組於 2018 年 7 月 7 日及 7 月 16 日分別舉行了「1+1 暢遊赤柱半天遊」和「1+1 暢遊山頂半天遊」活動，帶領一班新來港學童和他們邀請的朋友一同去見識不同面貌的香港島。天公造美，出行的兩天天氣都十分和煦。同學們參觀了美利樓、赤柱市集、山頂廣場、杜莎夫人蠟像館等香港著名的名勝古蹟，還在山頂環迴步行徑遠足，飽覽了維多利亞港的景色。參觀赤柱的另一重頭戲是參觀由赤柱懲教職員訓練院舉辦的【緣繫更生二十載同樂日】，見證了一班中學生艱辛參與訓練的成果，積極推動社會對更生人士的包融。



杜曉鵬同學和變型俠醫大戰十八個回合



緣繫更生二十載同樂日，師生一同合照

### 綜合人文科協作活動 - 「International Corner」

學生支援組於十月初與綜合人文科進行協作活動，承接著文明之旅的主題，邀請了 Edvenue® Limited 在中二課堂上舉行了「International Corner」。在兩次的課堂中，導師帶來了很多精彩有趣的互動遊戲和手作，和同學探索了歐洲和日本的文化 and 建築特色。



同學合力砌拼圖，鬥快猜出拼圖上地方



同學在沙盤上畫出日式園林「枯山水」

### 參觀羅湖懲教所後感想

懲教署自 2008 年 9 月起推行「更生先鋒計劃」，對象主要為中學生及青少年，通過一系列的社區教育活動，向中學生及青少年宣揚「奉公守法、遠離毒品、支持更生」的信息。為響應此計劃，本校輔導組老師於 2018 年 3 月 29 日帶領一眾同學到訪位於上水的羅湖懲教所，參觀院所設施和親身了解懲教署人員的日常工作。在懲教署人員陪同下，參觀院所內多項特別為女性在囚人士而設的更生服務設施，包括「親子園地」、「健心館」、職業訓練室及過濾口罩工場等，並聽取當值人員講解有關設施的特色和運作情況。學生並透過與在囚人士的晤談，了解要潔身自愛，勿以身試法的重要性。

#### 陳景瑤(6A)

今天參觀羅湖懲教所的體驗令我獲益良多，讓我對懲教所的環境有更深入的了解，例如：它的外型設計和監管設施都非常嚴密。在懲教所內，你會有一種感覺，就是有生之年都不會希望在這裡生活，因為這裡令你有一種壓逼感，難以暢通地呼吸，而且在這裡是沒有自由的，他們不能隨意與家人見面，這種經驗對我而言是最難接受的。最後，我很感謝在囚人士對我們的分享和鼓勵。聽完她的分享後，讓我明白到要好好珍惜現有的時光。

#### 楊冰冰(6E)

這次參觀令我學會「珍惜」，令我想有更多時間陪伴家人。獄中的生活比起現實世界更難受一千億倍，沒有上網自由，每天也要工作，這些生活根本不是人人都承受得起，而且自己的私隱也沒有了，小便洗澡也有人監控你，因此我會珍惜現在擁有的生活，用心讀書，多陪家人吃飯！

## 「長幼樂 VR」計劃

今年，本校有幸參與全港首個以 VR（Virtual Reality 虛擬實境）科技作為橋樑，加強長者與青少年的溝通，促進跨代共融的活動—「長幼樂 VR」計劃。此計劃由 HKT Education Limited 及 eSmartHealth Limited 主辦，香港電腦教育學會及香港中文大學賽馬會公共衛生及基層醫療學院協辦。此計劃分為兩個部份，分別為拍攝和長者探訪。

就在 6 月至 7 月時，本校的 4 位學生身先士卒參與了此計劃，連同何偉培老師和專責輔導員陳琬貽姑娘組成了 VR 拍攝小隊。他們首先學習了如何使用 360 拍攝器材，再以「香港名勝」為題，到港九新界不同地方拍攝及製作 VR 相片及影片。一行 6 人的 VR 拍攝小隊在兩星期內橫跨十八區，由西貢到中環山頂，由赤柱到大嶼山，無懼風雨進行拍攝工作。至 8 月份，6 位學生加入義工隊，帶同由同學拍攝的作品與 VR 眼鏡到長者服務機構探訪，與行動不便的長者分享他們遊歷各區的所見所聞，尤如讓長者們再次「外出」，與社會再連結。

在這活動中，學生不但學習了新的 STEM 知識，如 360 拍攝技術和使用 VR 器材的方法。他們更學以致用，以所學回饋社會，反思科技的應用和社會的關係。今次活動更獲主辦機構派人採訪，報導內容已刊登於月刊《i shop》中，而計劃新聞發佈會暨嘉許禮將於 11 月 1 日舉行。



同學主動協助婆婆操作 VR



義工小組和長者們大合照留念

### VR 拍攝隊

4D 梁綽峰 5B 陳梓康 5B 莫翠兒 5C 蔡芷妍

### VR 義工隊

2C 莫杰俊 4A 周尚賢 4C 葉敏芝 4D 李卓謙

5A 曾浩佳 5C 梁俊庭



義工們興奮雀躍，期待和長者分享作品

## 中國尋根之旅交流團

為了讓年青人認識中國文化，中國國務院僑務辦事處主辦及國際婦女會(香港)青年委員會協辦，於 2018 年 7 月中旬至 8 月中旬分別協辦了「2018 中國尋根之旅夏令營」陝西漢唐文化營及雲南麗江夏令營。本校有多位中二至中五學生參與是次交流活動，體驗了當地的經濟發展、歷史文化及風土人情，欣賞獨特的大自然景色，參觀不同的歷史遺蹟，眼界大開。「2018 中國尋根之旅夏令營」營後分享已於 2018 年 9 月 2 日圓滿結束，各營員收穫甚豐，嘉賓亦高度讚賞各營員的表現。



活動分享



武術表演

## 交流活動後感

### 5A 龔藝 雲南、西安交流團

暑假我們分別去到雲南和西安，進行了一次尋根之旅。學習了中國功夫，書法等等，在這些國粹中感受到了中國的傳承力量；同時，我們遊覽當地景色並且尋找根的來源，從中看到不少前人為後代留下的寶貴古跡。在雲南的旅程中，同學們感受到環境保育的重要性，而在西安，意識到文物保育的重要性。最後，我們深深感受到，現在大家擁有一切來之不易，應當珍惜。



學生輔導通訊編輯：何偉培老師

佛教葉紀南紀念中學

電話：2495 3363