

佛教葉紀南紀念中學

二零一六至二零一七年度

學生輔導組第一期通訊

九月至十月

輔導通訊電子版: <http://www.byknmc.edu.hk/CustomPage/72/1617.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(2016-2017)



駐校社工： 李慧芬姑娘 洪欣欣先生

(香港家庭福利會)

專責輔導員： 陳琬貽姑娘

統籌老師： 趙妙嬋老師

成員： 吳秀賢老師 胡賽君老師 袁鳳儀老師
高寶芳老師 容曉靜老師 陸柏然老師
湯紫怡老師 葉秀貞老師 何偉培老師
黃霆軒老師 梁煒欣老師 蔡莎莎老師

耀陽行動——中秋派福袋及長者探訪活動

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9月10日（六）合辦了中秋探訪長者活動，並邀請本校紅十字會20位隊員參與服務。隊員隨成人義工及老師帶領前往長沙灣麗閣邨，探訪由明愛麗閣長者中心安排見面的長者。趁著中秋佳節，學生透過探訪及派發福袋，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。



學生、老師及成人義工捧著份量十足的福袋準備出發



中一級 Get Set Go 升中適應挑戰營

為了訓練各中一級同學勇於接受挑戰，從而學習自律和培養合作精神，在2016年9月9日那天，中一各班分別由駐校社工、班主任、副班主任及專責輔導員陳姑娘陪同，到香港基督教女青年會梁紹榮度假村進行「中一級 Get Set Go 升中適應挑戰營」。歷奇活動主要以小組合作完成，包括：「珠行萬里」和「鼻點波」，以培養參加者之溝通技巧、合作、解難能力，同學表現積極投入，並在活動分享環節中主動表達己見和作出反思，還表示有信心面對未來更大的挑戰。今次的活動令同學們之間建立良好的互信關係，增進彼此的友誼。



透過互相扶持，提升彼此之間的合作精神



「珠行萬里」，發揮個人潛能

乘風航挑戰營

於暑假期間，學校再度舉辦「乘風航挑戰營」。一行 50 人，在海面上度過兩日一夜！除了船上的指令任務外，學生需要學習不同的求生技巧、預演棄船逃生、渡海搶灘、高空跳海等高難度任務。每位學生都成功突破自己，增強信心！



渡海搶灘



突破自我，努力向前



乘風航團員大合照

Say Hello to Work 工作體驗計劃

於上年度舉行的試後活動「Say Hello to Work」工作體驗計劃已圓滿結束，並於 14/9 舉行了嘉許禮。今次工作體驗計劃共有 12 名中四同學參與。同學們除了透過由小童群益會的社工王姑娘帶領的小組活動更了解自己的能力和職業性向外，他們亦參觀了銅鑼灣 Laneige 辦工室和觀塘香港醫護學會，加深了對美容和醫療護理行業的認識。是次計劃中更有 8 位同學成功完成了工作體驗計劃，到了不同行業的公司進行了為期 10 天的實習，包括社區中心、理髮店、化妝品店、寵物店、地產公司和電腦公司。在活動中，同學不只學習到工作技巧和態度，更發掘到自己的優點與強項，總結回顧時皆有深刻的反思和體會。願同學緊記這次經驗，在未來勇敢走出精彩的道路！



暑期內地交流團

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〕青年委員會於 2016 年 7 月中旬至 8 月中旬分別協辦了《2016 中國尋根之旅夏令營-甘肅篇》及《訪古探今寧夏交流之旅》內地交流團，本校共有 11 位中二至中五學生分別參與上列交流活動，體驗了甘肅及寧夏風土人情及文化，欣賞獨特的大自然景色，參觀不同的歷史遺蹟，眼界大開。

《訪古探今寧夏交流之旅—活動後感》

4B 梁婉童

最令我深刻的其中一個活動就是要登山參觀「紅軍紀念館」。因為路途崎嶇，所以大家都要互相扶持。從山頂向下看，風景真優美，正所謂「讀萬卷書，不如行萬里路」，要親身的體驗才能感受到當中的樂趣。



參觀歷史遺址西夏王陵



學習傳統服飾文化

5C 鄒美玲

除了學習到有關中國文化之外，在這個交流團中我也認識了不少新朋友，更令我的眼界也開闊了不少，深切明白年青人應要放眼世界，有一些事情需要親身體驗才能夠真正明白，領略箇中的樂趣。

3A 麥嘉瑩

在這次的夏令營中我增加了對回族的習俗了解，更加了解回族的舞蹈。我們與當地兩間學校的學生作交流，還在當地學校上課，讓我更了解中國文化。當中最印象深刻的是禮儀課，我學習了進食時的禮儀，以及平日對待別人的態度，這些我們平日都已忽略的。

《2016 中國尋根之旅夏令營-甘肅篇》



城門前大合照

4A 萬悅朗

在酒泉學習包餃子，自己體會到中國不同的飲食文化，一粒餃子便凝聚了當地人的幸福快樂，食物源於大地，快樂來自家庭；這裡沒有先進科技，也沒有名牌時裝，只有簡樸的生活，對於繁忙的都市人，這一切都是新穎的感覺。

3A 羅浩龍

甘肅，是一個多麼美麗的地方啊！即便我已離開它有一段時間了，但我仍然記得那裏所發生的一切。嘉峪關見證了甘肅省的歷史，鳴沙山讓我第一次領略了沙漠的壯觀，不踏進沙漠你是不能體會到沙漠的力量的。在甘肅的人與事都有許多，認識了不少朋友，也發生過不少有趣的事，給我們留下了許多深刻的回記憶。



變身民族少男少女

5B 許俊威

令我印象最為深刻的是我們在第六天中前往鳴沙山、月牙泉的情景。在自由活動中，我和部分團員決定走上沙頂上，走上沙頂的途中並沒有可以扶的地方，對於我這種體型龐大的人是十分危險的。在旁的團員給予我很大的鼓勵，經過一番辛苦後，我終於走上沙頂。雖然走上沙頂十分辛苦，在鳴沙山上所見的景色是不可能其他地方看見，對於生活在香港的我看見景色後令我感到收穫豐富，確實不枉此行。

「思囚之路」模擬體驗日營活動

為了發展青年人的潛能及培育領導才能，成為他日服務社會的棟樑，並向年青人灌輸正面的價值觀及宣揚奉公守法的訊息，國際婦女會青年委員會及香港懲教署於2016年8月15日合辦「思囚之路」模擬體驗活動，透過利用懲教設施的獨特環境，讓參加者有機會體驗模擬法庭審訊及部份模擬在囚生活，從而認識香港刑事司法體系及懲教工作，並促使他們反思奉公守法的重要性。本校共有6位中三至中四級學生參加，各同學均表示活動體驗難忘，並明白慎交朋友，不會以身試法。



嘉賓與學員大合照



學員反思自由的可貴



模擬法庭

活動後感：

4B 簡頌然

在「思囚之路」體驗活動中，我理解及感受到在監獄裏失去自由的不安與懊悔。令我最深刻的是代入了陳大文的角色，在「沒有自由」的三小時生活體驗活動裏，我變身為「陳大文」，躺在空洞的牢房裏，細心地去思索為什麼要被關進來，若我真的被判入獄八年的話，我的前途會是怎樣？那次體驗活動讓我們明白慎交朋友，凡事要三思而行，否則賠上的代價可不少呢！

4B 何沛珈

在那次活動中，我體驗到囚犯在牢獄中的生活，上了人生寶貴的一課。雖然只有短短3小時的體驗，但都已經足夠讓我全面了解失去自由及選擇的無奈。當中最深刻是我被關在一間四面都是銅牆鐵壁的獨立囚倉內，環境十分陰暗，那種孤獨無奈、與世隔絕的感覺實是可怕。我叮囑自己千萬不要觸犯任何法例，不要迷失方向，要有正確的是非判斷能力，做個守法的公民！



模擬領餐進食

4D 謝富林

「思囚之路」讓我體會了人生寶貴的一課。從變身為干犯法紀的少年「陳大文」開始，經歷他在牢獄的生活後，我明白一位真正犯事及要接受服刑的人士的心情，心情一定忐忑不安，後悔令你最親愛最痛錫自己的家人痛心。最後，還有一位更新人士分享自己的犯錯經歷，讓我明白到一失足成千古恨，經過這次難得的活動，讓我明白就算做不到社會的棟樑，也不要成為社會的負擔；珍惜眼前人，疼愛家人！



模擬在囚人士除草

4C 許玉怡

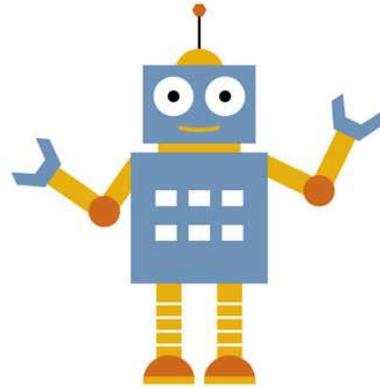
「思囚之路」令我體驗到在日常生活接觸不到的經歷！由模擬法庭的審判、躺在纖維床上呆望、模擬在囚人士膳食的安排、……令我感受到在囚人士的孤獨，他們沒有自由的痛苦，不能見家人朋友的辛酸。這三小時對於我來說是一段既煎熬而又漫長的痛苦時刻！人生的路是漫長的，我們能有幸在今天歇一歇，反思在囚人士的經歷，也是難得的體驗！

中二級班際師生機械人大戰

學校社工特別為中二級同學策劃了一個精彩刺激的班際師生活動 - 「機械人大戰」。每班需派員扮演不同角色，包括機械人、將軍及步兵。由於每個角色都被限制了某些能力，例如有的需要被蒙眼、有的不能說話等等，所以每班都必須齊心合力，各出奇謀，才能擊倒對方！2D 班獲選為「最有型」機械人，最後全場冠軍則由 2C 班勝出。



「最有型」機械人



公益金便服日

一年一度公益金便服日已於 2016 年 10 月 6 日舉行，一如以往同學都十分踴躍參加。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。



學生穿上便服上學，支持善舉



<<輔導通訊>>編輯：何偉培老師

佛教葉紀南紀念中學

電話：2495 3363