



恩家訊

恩主教書院家長教師會通訊

<http://www.valtorta.edu.hk>

2016年12月



主席的話



張桂玉女士

新學期開始至今三個多月，相信新加入本校的中一學生及家長們，已從不同的活動中了解學校的運作及初中生活，適應新的學習階段。

時代不斷變遷，在子女的成長過程中，現今父母所付出的心力遠比我們上一代的多，同樣地，子女在生活上所遇到的困惑和壓力，也與我們那一大代的大有不同。例如子女學業跟不上，未必是懶散或不用功，可能是其他學習障礙引致。另外有些家長反映子女閒時只喜歡上網電玩，不願溝通，他們很難知道子女的內心世界，彼此增加了隔膜等等，這些都是普遍家庭面對的子女成長問題。有見及此，學校非常重視家長教育，多年來與家教會合辦各類型家長講座及工作坊，讓家長們明白親子關係及和諧家庭的重要性，從而學習更多與子女溝通的技巧，有效地教導子女。透過參與這些活動，家長除了幫助自己外，還可以與其他家長分享個人心得，互相交流。

此外，校方為配合學生及家長活動需要，特意將 B202 活動室改建，加設廚櫃、冰箱、洗滌盤及餐具等，除了方便家長舉行聚會，並且提供舒適環境讓中六學生在這裏課後溫習。而 2017 年 2 月 25 日的「家長加油站」也會在此舉行，歡迎大家到場參觀。

今年是本校 40 周年校慶，全校師生、家教會及家長義工們一起協助籌備相關活動。在 2016 年 11 月 26 日星期六舉辦的步行籌款活動中，感謝各方積極參與，活動得以順利完成。而在 2017 年 7 月 7 日星期五將舉辦 40 周年晚宴慶祝活動，希望大家也鼎力支持，詳情請留意日後公佈。



校長的話



葉德明校長

從「青春期」看生命的奧妙

今年是我從事教育工作的第三十六個年頭，回想最初在一所男校執教，當年出任老師的感覺和今日許多老師的感覺都一樣——就是教育工作殊不容易。同學剛入讀中一，大都很乖巧，但很快和同學混熟後，在中一的下學期，每個人獨有的性格便逐漸浮現出來。有些同學說話充滿自信，有時卻感到自卑而意志消沉；有些同學很重視朋輩的接納及認同，但有時對其他人的說話較敏感；有些同學非常好動，對老師的話愛理不理，他們在初中各科表現優良，但升上高中後，經常發脾氣，偶爾逃學，成績一落千丈；有些就能言善辯，喜歡挑戰老師的權威和學校的規矩，是老師眼中典型的「壞學生」。雖然他們性格各異，但是各人身體外型都漸漸地出現明顯的變化，身高和體重明顯快速地增長，有些出現在中二下學期，有些則較遲，要到中五才明顯地快速長高。無論身體在甚麼年齡開始發育成長，尋求自主獨立的意識亦同時增強。

其實以上各同學的表現：讀中一時很乖巧，中二中三時突然變得很反叛，中五後待人處事態度積極起來，仍舊不斷重複發生在現今的同學身上。只不過初為人師的我，因為自己的「反叛期」是很平穩，安份的讀書、上學、做功課、溫書，所以很難明白同學為何如此頑皮反叛，不能像我那般專心上課。

今日，這段生理和心理都起著激蕩轉變期，心理學家稱之「青春期」。為甚麼在十一至十八歲的青少年成長過程中，他們要經歷一段這樣激蕩的轉變期？在這階段的行為表現，在生命中又有著甚麼特定的任務呢？美國神經科學家吉德教授（Dr. Jay N. Giedd）在科學美國人雜誌（第 161 期，2015 年 7 月）發表文章，提及因著過去 10 年磁力共振造影（MRI）技術改良，大腦研究也出現突破性的發現。他在雜誌中指出，青春期的大腦並不是比較老的小孩大腦，也不是半熟的成年大腦，而是大腦各區域之間的連結逐漸強化，讓喜歡冒險、情緒易衝動的青少年比較容易適應環境，最終形塑成與兒童和成人的大腦都截然不同的獨特大腦。

青春期大腦中情緒和理性判斷的神經網絡的發展速度因人而異，所以青少年有衝動、勇於冒險、追求刺激、疏遠父母和親近同儕的不同表現。而在嘗試建立自己身份的過程中，他們因社交技巧不足、觀察力薄弱、自控能力低，又過於重視別人對自己的反應和評價，容易發脾氣，出現埋怨別人、抱怨自己的負面情緒反應，這些都是青少年在「青春期」的正常表現。如果家長、老師、青少年工作者都能知道上述知識，能有助他們協助青少年建立一個理想中的自己及決定何時應介入糾正青少年的不良行為。

倘若家長今天才明白上述提及「青春期」間的正常表現，那麼應從現在開始了解如何與青少年子女建立良好關係。面對激蕩「青春期」的青少年，老師和父母給予同學無私的愛護就是最好的安全網。我相信藉著關懷和鼓勵，透過身教和言教，讓同學每一次犯錯變成一種學習，成為他們學習自律、抵抗誘惑的訓練。



我希望家長試著放下成見與刻板印象，用開放的心態了解子女，不要因著子女做出不當行為而失望或放棄教導。在被接納及被肯定下成長的孩子，他們長大後必更懂得欣賞別人的長處和接納自己的短處。心理學家指出，我們不能給與自己「肯定」，「肯定」是要從別人得來，因為只懂自己「肯定」自己會讓孩子變成「自大」，讓子女重視你的「肯定」會讓孩子的「自尊感」提升。

聖經開卷創世紀指出每一個人都是按天主肖像而受造，所以生命是天主給人類的無價恩賜，珍貴而神聖。這從受孕的一刻開始，直到生命的自然終結，都有其對生命的權利。從事教育工作三十六年，我最開心的回憶就是能夠陪伴同學克服困難，看著他們愉快學習、健康成長。各位家長，盼望你們在伴隨子女的成長路上看見生命的奧妙！



活動回望



(1) 中一迎新日 (2016.8.27 星期六，上午 9：00 - 11：00)

當日約 120 位中一新生家長出席，眾委員向中一家長派發小冊子、中一家長問卷及紀念品。除講座外，家長也可以參觀由學生自行設計的攤位。當天收回家長問卷共 93 份，而家長最感興趣的活動，分別是親子關係、旅遊、中醫常識及食品營養等。其中 3 位家長表示有興趣加入家教會擔任幹事及 21 位表示有興趣做義工。

(2) 全校家長講座及簡介健康校園計劃 (2016.9.30 星期五，下午 7：00 - 9：15)

社工首先講解健康校園計劃詳情，接着由香港中文大學鄭漢文博士主持講座「如何幫助子女活出美妙人生」，出席家長約 70 位，過程中家長們投入參與，與講者互動，氣氛熱烈。

(3) 校服回收及轉贈 (2016.10.17 - 2016.10.19)

校服回收期間，家長及學生都樂於捐贈舊校服，在此感謝大家踴躍支持。經委員整理校服後，已免費派給有需要的學生。活動別具意義，日後會繼續舉辦，請各位家長繼續支持。

(4) 2016 - 2017 年度家長教師會周年會員大會 (2016.10.28 星期五，下午 7：00 - 8：45)

周年大會於晚上 7 時開始，出席家長約 100 人，校監、校長及老師約 60 人。會上通過 2015-2016 年度會員大會會議紀錄、會務報告及財政報告，頒發感謝狀及獎學金予相關人士，通過委任 2016-2017 年度義務法律顧問及義務核數，確認第十三屆 2016-2017 年度執行委員會教師委員及家長委員。而家長教師交流會於當晚 7 時 45 分舉行，會上家長與班主任傾談學生的學習情況，分享意見。交流會於 8 時 30 分圓滿結束。

(5) 40 周年校慶步行籌款 (2016.11.26 星期六，上午 9：30 - 下午 12：30)

為慶祝本校踏入 40 周年，並籌募經費支援校園電子網絡，學校舉辦步行籌款活動，當天在禮堂舉行簡單而隆重的起步儀式後，全校師生浩浩蕩蕩出發，雖然下着大雨，亦無減眾人熱情，大家在雨中完成步行活動。在此，特別感謝各位老師、家教會執委及各位家長義工幫助維持秩序，讓大家輕鬆完成行程。當回程到達校園，校方更準備爆谷及棉花糖小食與我們分享，亦有設計精美的佈景供各位拍照留念。

(6) 家教會旅行 —— 沙頭角農莊 (2016.12.4 星期日，上午 9：00 - 下午 5：00)

今年家教會旅行約 70 位師生和家長參加，活動當日天朗氣清，大家分乘兩輛旅遊巴士，由大埔出發到沙頭角農莊一天遊。到埗後由導遊帶領遊覽山上景色，途中介紹各樣植物的特色及功用，並參觀和餵飼小動物。中午吃過美味盤菜宴及大抽獎後，眾人參與由社工 Ivan sir 帶領的親子集體遊戲，大家玩得十分投入，努力爭勝，歡笑聲此起彼落。另外，有些家長更購買當地特產手信回家，眾人與親友共享了愉快的周日。

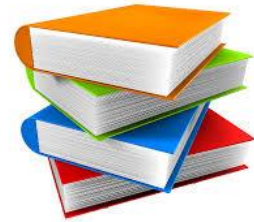


活動預告



- (1) 敬師日 2017.2.20 (星期一) 上午 8 : 30
- (2) 中六畢業祈禱會 2017.2.20 (星期一) 下午 2 : 30
- (3) 陸運會家長老師接力賽 2017.2.22 (星期三)
- (4) 家長日 —— 家長加油站 2017.2.25 (星期六)
- (5) 聯校家長講座 2017.3.24 (星期五) 下午 7 : 00 - 8 : 30
- (6) 聯校家長工作坊 2017.4.22、2017.4.29 及 2017.5.6 (逢星期六) 下午 2 : 00 - 3 : 30
- (7) 2016 - 2017 年度畢業典禮 2017.5.20 (星期六)
- (8) 40 周年校慶晚宴 2017.7.7 (星期五)
- (9) 結業禮暨頒獎典禮 2017.7.13 (星期四)

外借書籍



借還方法：

- (1) 登上本校網頁選取：

<http://www.valtorta.edu.hk/userfiles/files/1516PTAlib.pdf>

(或www.valtorta.edu.hk(學校網頁) → Parent Teacher Association → Resources → 家教會圖書角書目)

- (2) 每位會員每次可借 3 本書，期限為一個月。
- (3) 請先填寫下表，然後著 貴子弟交圖書館職員辦理手續。
- (4) 如有遺失，請自行購回該項目，以作賠償。



家長教師會圖書角借書表

書 號：_____ 書 名：_____

家長姓名：_____ 學生姓名：_____

家長簽署：_____ 就讀班別：_____

聯絡電話：_____ 學 號：_____

借書日期：_____ 還書日期：_____