



香港青少年培育會
陳南昌紀念學校

爆珠園地

第三期

2012-2013年度

編輯委員會：

總監督：李錦明校長

編輯組：唐寶蘭老師

盧翠玲老師

特別鳴謝：梁琲符（文書處理）

李昌駿（照片剪裁）

目錄

1. 編者的話 3
2. 校本情緒行為管理課程簡介 4-5
3. 學生創作園地
 - a. 佳作分享 6-11
 - b. 創意文章 12-17
 - c. 南區風物景誌 18-21
 - d. 海難以後…… 22-23
 - e. 中一生成長點滴分享 24-27
4. 家長園地
 - a. 心聲分享 28-29
 - b. 親子心得 30-31
5. 活動多繽紛 32-33
6. 我們的驕傲 34-35

編者的話

「爆珠園地」由創刊號出版至今已至第四期了，令我感恩的是本期共有十七篇命題寫作和二十二篇短文分享，作品種類繁多：有科幻、愛情、勵志和因事而發的短文等等，這些文章創作大部份也跳出了傳統的寫作框框，當中有真人真事的分享，也有學生透過文字去天馬行空，大膽嘗試創作，寫出屬於自己的烏托邦，可見本期作品種類繁多，各自精彩，所以這文集「盡是同學們的無價寶」，希望各位齊來分享個中的「好」。

本期同時更加入了中三級同學的勵志漫畫創作，令文集的內容更豐富多彩，簡直目不暇給。

假如各位同學真的想培養自己的寫作興趣，除了多閱讀外，你們也可以從感恩開始，每天寫下一些值得你感恩的人、事和景象，那麼你的創作泉源必定更多。

最後我希望各位同學也能在閱讀這文集的天地裏徜徉，細心地翻閱和咀嚼每一篇文章，那麼你們便能進入作者的世界，這樣除了可從中經歷作者的人生旅程外，更可啟迪自己的思想。

唐寶蘭老師 謹啟

校本情緒行為管理課程簡介

林少佩老師

(一) 校本情緒行為管理課程的源起：

本校課程在 2011 年的校外評核報告中，比起在 QAI(2002 年質素保證視學的報告)的評核已有進步，但仍有需要改善的地方。例如在課程規劃方面，整校欠缺有系統的情緒德育課程規劃，並且有必要考慮課程的延續性，學校可因應本身群育的特色，為學生提供均衡的課程。

早於 2006 年，本校已有校本「HOPE」課程的發展理念，它可作為校本核心課程的框架。此外，**九種共通能力**概念是幫助學生學會學習的基礎，在不同的學習情況下運用這些學到的能力。而 **ICAN 課程**，可針對有情緒行為問題的群育學生，幫助他們正面處理自己的情緒行為，作為校本情緒德育之長遠課程發展。因此，**校本課程**將 HOPE 課程與九種共通能力的概念，加上 ICAN 課程作骨幹，編排融入校本課程的設計及編寫中，令課程更具意義和連貫性，配合學生的均衡發展。

本學年本校便將 ICAN 課程的單元目標及德育教學元素，轉化成校本課程的教學目標，作為群育學生之情緒及德育行為管理課程之長遠課程發展目標，從而建立「校本情緒行為管理課程」，以配合學生的特殊教育需要。校本核心課程的**重心理念與目標**，促使學生以**知識體驗為學習的基礎**，**誘發學生學習動機**，**改善學與教的效能**。以 ICAN 全人教育系列課程設計作為教學重心的理念，因為 ICAN 有助學生建立正面人格功能，令他們不斷成長。

(二) 校本課程發展框架：

本校嘗試將 ICAN 課程與初中級中文、英文及通識科作課程統整，每學期以雙周形式於中一、二級中文、英文及通識科作專題教學，整個校本核心課程為期三年，合共有十八週。課程設計以下列之學習內容實施：

- **INSIGHT(自我學習及反思)**-透過不同學習內容對自己的了解，包括明白自己的優點、缺點及自己不同處境。
- **CONFIRMATION(自我肯定)**-包括肯定自己的人生目標，更能發揮個人的優點及改善缺點。
- **ABILITY(個人才能及潛能發展)**-學習各種才能，如不同領域之知識，人際關係及待人接物的態度，道德判斷及成長等。
- **NURTURE(不斷成長)**-要不斷提升自己，面對不同之階段，實踐不同的人生目標，從而達致不斷的成長。

(三) 今學年「校本情緒行為管理課程」各級主題如下：

級別	中一	中二	中三
學期/單元			
一	● 認識自我	● 「自我價值」開始	● 變幻人生？變怎樣？
二	● 接受挑戰，擴闊能力	● 掌握「心中情」！	● 轉變與選擇，轉變與壓力
三	● 精彩人生，做個「HKJCC」人	● 主宰自己的力量，掌握人生！	● 如何駕馭「轉變」？ ● 自知 自覺，奔向人生彩虹路

「校本情緒行為管理課程」活動花絮：

中一級學生接受體能挑戰



分享成果



高誌樑先生到敝校作生活分享



同學們留心聆聽高先生的演講：挑戰自我



分工合作



互相扶持



佳作分享

「我心中的廈門」

廈門市旅遊局主辦徵文比賽參賽作品

3B 莊秉霖

在我心中的廈門，它是一個充滿神祕的城市，它的建築充滿魅力，而且風格獨特而帶有濃郁的地域特色，在那裏你可以隨處可見騎樓建築的特色，它利用火紅色的牆瓦相連，就像日出太陽的晨光一樣照耀着我們，如果你仔細看看，你一定會發現廈門的街道顯得格外整齊又美觀，令人目不暇給。同時在鼓浪嶼上的歐陸建築及傳統文化的紅磚瓦等建築，也展現着昔日傳統建築風格與島上異國建築的亮麗風采，它彷彿將五大洲結合在一起，所以站在那裏，令你有一種置身於五大洲的世界中，同時也頓覺自己的渺小，我們只是地球上的一顆沙粒而已。

此外，如果你們遊廈門也不愁沒有美食享用，因為廈門的美食真是種類繁多，在這你可以吃到各地風味的菜式，例如：閩南菜、廈門菜、台灣菜、海鮮及各式各樣的客家菜，更有些是他們獨有的菜餚，因為廈門的風味小吃也有二百多種，簡直數之不盡，鹹點主要有燒肉粽、魚丸湯、蝦、薄餅等……甜食則有花生湯、炸棗、炸麻花等……說了這麼多，是不是會令你垂涎三尺呢？

如果你是去旅行的話，接下來推介的是建築得像福建土樓南靖景區中心驛站的阪寮食德店，因為那裡的石燜鴨可說是色香俱全，它是由獨有秘方，加十多種珍貴藥材長時間慢火煲製而成，而且具有滋補、養身和健胃功效，真是不論男女老幼都適合進食，簡直令人垂涎欲滴，忍不住要大快朵頤一番。面對如此多美食美景，我相信廈門這地方必定令你流連忘返。



最後，我想告訴大家多一個秘密，廈門其實是一個深藏不露的地方，因為廈門不但風景秀麗、氣候宜人，空氣良好，而且城市內極少發生罪案，人和人之間相處和洽，因此在二零零四年它被聯合國授予《聯合國人居獎》，成為世界上第四個最適合人民居住的城市，這時相信大家也感受到廈門這旅遊獨特迷人的魅力，雖然廈門獲得這麼多的稱號，但也需要你們的支持，我最欣賞廈門那種不驕傲，默默無言地努力奮鬥的精神，這正如我們做人一樣含蓄中要有內涵，內在美才是最重要的。

相信大家也試過被自己的朋友、親人或同學誤會，甚至自己誤會別人呢？我就試過這種經驗吧！現在就讓我與大家分享一下。

那是很久很久以前的事了。我還依稀記得那時我唸小六，班中有一位從小玩到大的好朋友，記得那一天小息，我在班房裏看書，看了一會兒我便去洗手間，當我回到課室時，我突然感到很口渴，便走到小食部買水喝，但那時我卻發覺錢包不見了，忽然我想起，小明曾在我的座位旁徘徊，所以我覺得小明有可疑，於是我便怒髮衝冠地去找他，我一看見他便馬上責罵：「你為什麼偷我的錢包呢？你要錢，我可以借給你，但你為什麼要偷呢？」他馬上氣憤地回應：「我沒有偷，你有證據嗎？」我當時真的很憤怒，就像一隻咆哮的獅子一樣，我沉住氣說：「我剛才見你在我的座位旁邊徘徊。」他便說：「你既然不信我，那我們便割席絕交吧！」我當時的內心非常沉重，就像有千斤的鉛塊墮着墮着……過了兩天，我卻在另一袋子裡找回那錢包，這時我才知道自己錯怪了小明。我感到十分內疚，為什麼當時我沒有查清楚事情真相便大罵他呢？

之後我便再沒和小明交住了，我十分後悔，當初沒有查清楚事情真相就對小明大發雷霆，我真是非常懊悔，而這懊悔的秘密就一直埋藏在我心底裏，直至小學畢業典禮當天，我終於鼓起勇氣向小明道歉。這時我才恍然大悟，小明一直沒把這件事放在心裏，只是我心理作用吧！自從之後，我倆成為了一對共患難的好友，當大家有困難時，也會互相幫助。



遇到困難時……

5A 吳梓濠

當我遇到困難的時候，總會有人在背後為我指引明燈，然而在我的一生中，對我悉心教導和最親愛的人，也是在我記憶中印像最深刻的人，這個人是我最敬愛的母親大人。

在我的回憶中，當我就讀小學四年級的時候，有一天我放學後便去補習。當時我在補習社裏做功課，當我覺得所有功課做對了的時候，補習老師卻告訴我，原來錯了很多。但我心裏不忿，然後看一看手錶已經四時了，我的心就如熟鍋上的螞蟻一樣，變得更焦急了，因為母親大人要接我去練跆拳道。於是我只好繼續努力，可是補習老師又說我的功課做錯了。之後我就大發脾氣，在補習社內搗亂，媽媽只好進來補習社對我說：「梓濠，不要發脾氣，用心做功課，做事不用急，慢慢來。」聽了媽媽的勸告，我就冷靜下來，我果然做對了所有功課，之後與媽媽手牽手溫馨地離開補習社去學跆拳道。

在路上，媽媽對我說了一番語重心長的話：「梓濠無論將來發生甚麼事都好，緊記着先冷靜，不要胡亂發脾氣，事情才會得到解決的。」

到了我的小學六年級時，母親因病去世了，離開了我。那時我非常傷心，那種心痛的感覺就如刀割一樣，久久也未痊癒，但直到現在，有時在夜深闌靜的時候，我想起母親的一番話，令我眼前的難題也變得輕輕鬆鬆地得到解決。

最後我真的感激母親大人，因為她的一番肺腑之言，令到我可以自立，當我遇上困難時，再也不怕，因為媽媽的這句話將永遠印在我的腦海裏，並常常警醒我。





書店閒逛

6A 張嘉竣

看到路邊的書展廣告，引起了我去書展的興趣。

我到了舉辦書展的會場，四周都擠滿了人，簡直水洩不通，我不停被遊人碰撞着，我沿着人群走進一間著名的書店，這間書店掛滿很多大大小小、色彩繽紛的燈，吸引着遊人進入，店內擺放了不同類別的書：流行讀物、文學、旅遊、體育、學術、興趣……幾乎說得出的書都能在這書店找到。我像進入了一個書的迷宮，置身在書的色彩繽紛世界中，簡直令我不能自拔，陶醉其中，我隨手就翻了一本小說看看，良久我才拖著沉重的腳步，轉往另一間書店去。

我再次走進這條人羣激流中，我被一間設計簡約與其他華麗設計不同的書店吸引着，也許因為它不起眼，這間書店裏只有三數人，與外面的激流相比，這裏就像一個平靜湖，讓我可以放下一切煩惱。店內的人都靜靜地咀嚼着書中的文字。我看一看書櫃上的書，有的已經發黃或者破損，我再看看書店的名字，才知道這是一間賣二手書的書店，之後我隨便找找，找到了剛剛在大書店看的小說，而且還很簇新的，只是有數頁被筆劃過的痕跡，「令我想為何這麼新的書，會被賣到二手店呢？是沒有時間看？還是沒有耐性追看呢？」我腦海中充滿着一連串的疑問…最後我還是毫不猶豫地買了這本書，在回家的途中，我一邊乘車，一邊閱讀這小說，在這一刻我深深領略到「開卷有益」這諺語了。

一次助人的經歷

6A 葉熹朗



「助人為快樂之本」這句說話，我在小時候已經常常聽到。那時候我對這句話的認識只得是一知半解，而且我自小就不認同幫助別人後，自己會感到快樂，反而往往會抱著斤斤計較的我，我總是認為我幫了別人，利益不會屬於自己的。直至那一次助人後，使我深深體會到這句話的真正意義。

還記得那一次的數學科測驗前，老師吩咐我們每一位同學都需要帶一把三角尺，恰好那天我帶了兩把回校，一把是我心愛的，它是陪伴我多年的作戰武器，而另一把則是普通的三角尺而已。

「噹噹噹……」上課鐘聲響了，數學測驗的時間到了，我拿出三角尺和鉛筆等文具，全班鴉雀無聲連一根針跌在地面也聽到，大家靜靜地坐著等待老師派卷。這時候，我的同桌范冰冰正心急地翻著書包和抽屜，好像在找甚麼似的，隱約間我還聽到她在喃喃自語：「這回糟糕了！沒有三角尺怎做測驗卷呢？你在哪？……怎麼辦呢？……」這時老師已經進入課室了，我的同桌就更加慌張，她的臉兒也越來越紅，顯得更加焦急了，而且還仿佛眼紅紅的樣子！這時我想起了自己還有一把三角尺，心想：「不知把另一把三角尺借給她吧！」突然我又有點兒掙扎，倘若我借了三角尺給她，對我都沒有甚麼好處，就算她在測驗拿了高分，也不會分一點給我……但是如果她……正當我猶豫不決的時候，試卷已經派到我桌面上。這時我再回望冰冰那邊，仍是不放棄，拼命地尋找著三角尺的踪影。在這一刻，我終於有了決定，我決定將另一把三角尺借給她，她雙手接過尺子，滿腔淚光地向我致謝。

「噹噹噹……」下課的鐘聲響了，老師收回試卷後，她把三角尺還給我，她又再次向我連聲致謝。

翌日，老師把已經批改好的測驗卷派給我們，她說這次的測驗成績最高分的是冰冰同學，有九十八分……這時候我不其然地替她高興，小息後冰冰拿著試卷對我說：「沒有你的幫忙，我根本就不能取得這麼高分，我真的十分感謝你！」這時候，我的心就像有一股暖流流至全身，那種興奮的感覺比自己取得高分還要開心，還要滿足呢！

原來「助人為快樂之本」這句話，一點兒也沒錯，自從那一次數學測驗後，我就不再計較個人的利益了，因為我們明白到只要幫到人，自己也會開心，因為那種開心而滿足的感覺，比任何一件事都重要，自此之後，我就更喜歡幫助別人了。



一場印象最深的大雨

1B 陸飛龍

今天早上，晴空萬里，我看不見一點下雨的景象。突然心血來潮，我撥通了幾個同學的電話，相約他們到郊外遠足。

我們在郊外悠閒地走着，欣賞着周圍的景色。我們仿佛看見花草樹木，在對着我們跳舞，像歡迎我們的到來，聽到鳥兒在跟我問好，溫暖的太陽在對着我們微笑。多美好的景色啊！令我感歎上帝造物的能力！一路走來，心情出奇地舒適平靜。大家都靜靜地享受着這一刻，沒有人吭聲，生怕一吭聲，就會破壞了這一個美好的時刻。

過了好久，我們才被一點一點的雨滴喚過神來，原本那晴朗的天空，不知在什麼時候變成了一個「黑面神」，接着隆轟隆轟地向我們責罵。

天空開始下雨了，而且越下越大，周圍的一切生靈，並沒因為下雨而感到不開心，反而在雨中擺來擺去，像是雨在幫它們洗澡一樣，大地也在向這場雨敬禮呢！我們也被這一切吸引了，在雨中……

雨後，陽光又重露出了笑臉，一切都像被雨水洗滌過，洗得乾乾淨淨，不留一點塵埃……

雨還在天邊留下了一道笑容——彩虹像告訴我們不要再沉醉於美好時光中了，努力完成眼前的工作吧！

一封珍藏的信

5A 葉焯諾

黃昏夕陽斜照著搖椅上的我，我手中拿著一張發黃的信紙，我的腦海裏浮現出許多模糊的回憶碎片，回憶起當年你與我一起經歷的一切一切……時光飛逝，今年的我白髮蒼蒼，我用佈滿皺紋的手慢慢打開那封信、細意地閱讀著，回味着信中的每一個字句。

當我每一次讀到這封信時，我都會想起我倆小時候的一切，還記得那時中學三年級，我倆就在開學那天結識，那時你就坐在我前面，我用打量的目光看了你一下，然後便上前想跟你招呼，怎知道那時你的眼睛卻像生在額頭上一樣，對我不屑一看，當時我簡直心如刀割般痛苦，後來我作自我介紹時，你冷「哼」一聲，那刻我恨不得用刀把你砍上十萬九千片。

從那一天以後，我便開始對你進行報復，那幼稚的玩意持續了兩年，就在中五那年，我們卻和好了，因為那兩年裏，我發覺自己愛上你，但我卻一直沒有勇氣向你表白，直到中六畢業那天，你給我一封信後便匆匆跑走了，我還記記得當天是一片灰濛濛的天空，我雖然有點愕然，但腳步卻不自覺地移動，一股暖流湧上心頭，使我馬上加快步速，但你已經跑了很遠，於是我便立刻拆開那封信，我打開一看，發現這信只有幾個字，就是「我喜歡你」，看完後我便立刻去找你，但是人群中已找不到你的踪影，打你的手提卻沒有人接聽，我找了很久，最後我只好放棄了，因為我從你的朋友口中得知，原來那天你已經往外國讀書了，那時我覺得



你給我那封信根本就是報復。

畢業後我投身社會開始工作了，那時我已把你忘記了，但是那封信我一直保存著，我工作了幾年轉了幾份工，記得那天我第一次到新公司上班，依照我的習慣，我一早便回到公司，而公司也同事們陸續地回到公司，大家都上前打招呼，就在這時有一個女士與我對望一眼，我和那女士都呆著了，因為那女士就是你。我在這公司工作得很開心，不知是否經常合作的緣故，以前的那種感覺又回來了，我決定向你表白，我跟你說你給我那封信我還留著……

當我在回味這段美好的片段時，突然有一把聲音叫我：「你還在搖椅呆坐著幹什麼，今晚孫子們到我們家吃飯呀，快來幫手呀！」那聲音的主人就是你，我便珍而重之的收起那封只得四個字的信，我連忙走去幫忙了。

9

沒有紀律的自由，不是真正的自由

5A 關嘉豪

我並不同意「沒有紀律的自由，並不是真正的自由」這句話。

雖然我不是一位很喜歡守紀律的人，但我認為自由始終一定要跟隨着規矩，若果沒有了規矩的自由，簡直就不是真正的自由，否則人們想幹甚麼就做什麼，例如打劫、殺人，做甚麼犯法的事都沒有人去規管你，那時候必定天下大亂。

為什麼我會贊成「沒有紀律的自由，不是真正的自由」呢！因為我小時候十分頑皮，媽媽和爸爸經常管着我上街玩耍的時間，甚至連玩電子遊戲機的時間也有規限，起初我認為自己十分無自由，父母甚麼事情也要規管，這簡直是一種無形的枷鎖，我就像一隻被困在籠子的小鳥一樣失去自由，直至我慢慢長大，開始接觸更多的人和事，開始踏進社會工作，家人對我的管束也開始減少了，因為我發現「家有家的規矩，社會有社會的紀律」。記得我剛踏進社會工作時，便沉不住氣與公司同事吵架，我把他痛打了一頓，最後便換來了被老闆解僱。而且警察也找上門，找我協助調查，幸好最後對方沒有起訴我，我便逃過了一劫。

這件事時時刻刻提醒着我，不要再犯同樣錯誤，而且想深一層，令我明白到做甚麼事也好，也有責任在身，若果犯錯必須要勇於承擔，試幻想一下，若果自由是沒有紀律的，這是一件多麼可怕的事啊！又或者在工作或上學時沒有了紀律，表面上人人也很開心，但萬一有事發生，人們就沒有約束了。

所以我很十分贊成「沒有紀律的自由，不是真正自由。」而在社會，學校和家庭，都發現自由一定要與紀律並存，沒有了其中一方，也會失去平衡，若果只有紀律沒有自由，人們會有很大的壓力，但相反便會使人們沒有自制能力，容易做錯事，所以我覺得兩方並存，才有價值。



黃昏的回憶 ……

5A 黃志偉

在屋子內看着門外的雨點，清脆的聲音份外分明，如像電影般的浪漫，但電影往往都是兩個人，但現在只剩下我孤單一人，黃昏的夕陽，金紅色的微弱光線投射在我的臉上，望向夕陽，那刺眼的光，不知怎樣的，像吸引着我向它朝去，像告訴我要面對現實。水滴落下時，將光線反射到四方八面，有的走進了我眼裏，這時我腦海裏浮現出一連串的畫面，這感覺令我快要窒息了！

記得當年我還在城市裏生活，平平淡淡的生活伴隨了我幾年，總想發生一些突如其來的驚喜，日子總是悶的，但幸好有台電腦能夠讓消磨多餘的時間，近年網上社交網站很受歡迎，我當然也少不了成為

一份子。今天一如往日般登入網站，看看好友的動態，看着看着，突然看見一個熟悉又陌生的名字，我和她的故事就這樣開始了。

她是我小學曾同班而又初次暗戀的人，我小時候已覺得她很完美，現在當然更加不用多加解釋了，我們很快便在社交網站上交換了電話號碼，然後經過多次約會，最終我們成為了情侶，小時候的夢想竟然能夠在這時候給我成真，當時的心情難以用文字去形容。

但一起生活的時間久了，很多感情或生活上的問題便開始浮現了，漸漸大家對這段感情開始失去期望、信心，已到了不想再為對方付出，懶得去維繫的地步。結果我們還是分開了，我感到很可惜，心裏一直放不下，像有無數的話語，但卻沒有人聽得懂，這時的我只好決定了暫時離開城市這傷心地，讓我一個人可以靜靜地回憶、療傷……雖然這這場黃昏的雨停止了，~~但我對她的思憶卻未能停下來……或許我愛得她太深了！~~



面對挫折時……

6A 黃子樑

10

面對錯誤的決定會帶來的困局，有人會積極面對，甚至亡羊補牢，有人會認為時不與我，消極逃避，我個人就認為積極面對是一種可取的方法。

每個人的生命裏都會有一些因自己錯誤的決定而帶來困局的例子：俗語說：「聖人也有錯，更何況我們不是聖人」。所以做了錯誤的決定或事也不要緊，最重要是我們肯積極去面對，承擔後果，因為事情是由自己所引發的，而且從中還可以培養自己勇於面對錯誤的精神。

很多人一遇到困局便會選擇逃避，這不但對自己的成長不好，使自己變成只懂依賴別人，不能獨立成長的人，這還會降低別人對你的好感。

舉一個例子來說吧！華盛頓砍櫻桃樹的故事，華盛頓在小時候已經有積極面對錯誤，勇於承擔的性格，他承認砍掉了櫻桃樹，那時他的承擔性格就如一顆小小的種子般在其內心發芽，直至長大後，這種性格，才造就了他長大後成為總統的依據。

所以我認為面對困局時所表現的反應，能直接地顯示出人們的性格。積極面對，反映出你的性格是堅強的；相反消極逃避，便反映出你膽小怕事和懦弱的性格。

我們要養成積極面對難題的好習慣，因為當你踏出社會工作時，不會有人替你解決問題的。所以我覺得要成功必先自己努力，就算遇到挫折，也要堅持才會取得成功。當遇上挫折時，我就會努力去面對，不會被命運操控，因為命運是掌握在自己手裡的。



請政府保育老榕樹

5A 羅俊雄



香港政府為了發展這城市，可能要把一顆老榕樹砍掉。雖然發展經濟城市和地區是非常重要的，但是沒有可能把一棵高達百年歷史的老榕樹砍掉。老榕樹象徵着我們香港的歷史改變，更與香港人一起經歷了許多風風雨雨！

老榕樹一直守護著生活在牠身上的動物，例如小鳥、昆蟲等，就如一位偉大的母親守護著兒女一樣，實在太偉大了，所以砍掉後可能會發生環境災害，令到其他生物鏈受到影響！令到大量生物絕種和死亡，甚至生態環境變差？

保育老榕樹是一件非常重要的事情，所以我希望大家一起去香港中環政府那請願，為了老榕樹、其他小動物、昆蟲和生態的影響，我們應該保育老榕樹，爭取牠們的生存空間，所以我現在通知大家參加

二零一三年五月三日的大遊行。

我還記得當時非常多人去參加這個請願活動，當中我也感到大家的努力和團結的精神，令我十分敬佩！

我們由香港上環遊行到香港中環政府，在路上我們一路叫嚷着請「靜思而後行，不要胡亂砍掉老樹！」，更舉起牌面！希望香港政府可改變砍我榕樹的計劃。

經過這次遊行請願活動後令我獲益良多，使我明白到我們只要團結，而同心協力去做一件有意義的，一定會成功的。

希望香港政府可以接受我們的請願，並使用其他方去發展城市經濟，並去進行老榕樹的保育工作。

創意文章

11

今學年為了提高學生的寫作興趣，中文科於中三級使用了母題由老師設立，而子題則由學生自行創作，題目為「一覺醒來，我竟身處在……」，結果學生寫出來的作品出乎意料之外，而且文章甚有創意，內容頗充實，學生更能衝破時空的限制，構出動人心弦的文章世界，見證了本校的學生蘊藏着無窮的創造力，千萬不可小覷他們。



一覺醒來，我竟身處伊拉克的屋子裏……

3A 梁偉聰

一覺醒來我竟在天堂，那裏天藍草綠，陽光燦爛，身邊有很多軟綿綿的白雲包圍着我，有的還相連的，那種溫暖的感覺就如母親擁抱着我一樣，令我覺得很舒服，簡直不想離開。

突然我看到耶穌和很多天使在我身邊出現，我非常興奮，我立即捉住耶穌向他查問我的禱告，耶穌輕撫着我的頭，他告訴必須要誠心禱告才可達成願望，而且更要學懂等候神的意旨！噢……我明白了，我以後一定會要誠心誠意地向耶穌禱告的。

在這刻有位天使叫我伸頭向白雲下看一看，原來下面是一間教堂，那裏有很多信徒在崇拜耶穌，他們垂下頭，雙手緊緊地握着，口中唸唸有辭，他們誠心誠意地向耶穌禱告，有些人甚至流下眼淚，那一刻我深深被他們感動了。原來有時我們常認為得到自己所想之物就感到快樂，但是相反是擁有更多時，並不能為我們帶來滿足，因為真正的祝福乃是源於神所賜的平安。

鈴鈴鈴中……我終於醒了，原來我的夢境是這麼真實的，耶穌要求「誠心禱告」這四個字，不斷地在我腦海出現。我終於明白了，我以後每天一定會誠心地向耶穌禱告，希望耶穌能守護着我和家人的一生。

一覺醒來，我身處森林

3A 李栢謙

今天當我醒來，我發現自己身處在茂密森林裏的中一間屋子裏。

森林裏有很多蒼翠的樹木，有高、有矮、還有稀疏的……，我非常很開心，因為從小到大我都沒有見過這麼大的森林，我貪婪地呼吸着新鮮空氣，這裏的空氣實在太清新了，我真的不想離開。

我看見一隻可愛的小松鼠在綠油油的草原上走着，像覓食似的，我連忙從口袋裏掏出一塊餅乾給牠，牠立即跳到草地邊的樹枝上對我微笑，更用後肢抓着枝幹，站在上面津津有味地吃東西，突然我聽到從遠處傳來老虎的咆哮聲，忽然牠飛快地走到我跟前並望着我，牠瞪着眼睛像想吃掉我一樣，我連忙奔跑，牠追上來更咬着我的外套，幸好我身手敏捷脫下了外套，繼續拼命跑，剛巧有隻肥胖的大象路過，我立刻飛奔騎着大象逃離森林。



我最後跌在地上，我連忙爬起來，想向大象說聲多謝，可是卻找不到牠，我回望過去，森林也變成了高樓大廈，啊！原來我經歷了一個驚險的旅程。

一覺醒來，我竟身處伊拉克的屋子裏……

3A 賴俊諺

「呼、呼、呼……」的槍聲，令我立刻甦醒，我瞪大眼睛一看，我竟身處在一間破廢的屋子裏。我探頭向屋外看看，有些人拿着機槍向周圍搜索，我害怕得立刻逃離現場，但當我想逃離的時候，我發覺我的腳被縛住了。我就如一隻傷的獅子一樣，動彈不得，於是我便想辦法去鬆縛，我發現了屋內的玻璃碎片，我立刻拿起碎片切斷麻繩，然後逃出屋外。

走到屋子外，我發現自己身處在一個沙漠的村莊裏，突然遠處有一個人向我揮手，正當我想過去的時候，突然傳出「轟、轟、轟」的聲音，我抬頭一看，一輛坦克車正迅速地向我駛過來。我立刻躲進剛剛逃跑出來的那間房子旁的車房裏。我躲在車房裏的木門隙縫中，我看見坦克車越駛越近，因此令到整間房子也震動不停，突然我身旁的木箱發出聲音，我有點驚慌，瑟縮於一旁，然後我立刻到車房的工作台拿起刀子，然後帶着緊張的心情慢慢一步一步行到箱子旁，然後我慢慢打開箱子。我竟發現一位小女孩全身發抖躲在箱子的一角，她就像一隻受驚的小鳥一樣，她驚慌地探頭望着我。我就問她：「你叫什麼名字啊？」。但女孩



卻沒有回答，我友善地對她說：「我不是壞人，我只是想幫你的。」那小女孩的目光開始變得友善，她輕柔地說：「我叫小美。」然後我就跟她說：「小美，你不用害怕，我會帶你到一個安全的地方。」

我悄悄地從隙縫向外望，原來周圍的坦克車友已經走了，我立刻拖着小女孩的手，我小心翼翼地走進林間回到現實中去。

一覺醒來，我竟身處在恐龍世界

3A 洗贊銘

有一天，我起身時，竟然發現自己的睡牀在一片綠油油的大草原上。

起初我還以為自己在夢境中，我用力地拍打自己的臉部一下，才知道自己不是在做夢中。在好奇心的驅使下，我細意地欣賞着眼前的美景，露水還凝在肥大的樹葉上，鳥語花香，我繼續慢慢地跟着草叢旁邊的河流步行，大概走了十分鐘左右，我不小心踏了一些東西，這東西卻令我到覺得十分嘔心，這是比牛糞還要大五至六倍的糞便，我心想：「有甚麼動物糞便是這麼大的呢？」想了一會，我感到地面強烈地震動，回頭一看，一隻十分巨大的大暴龍在草叢中覓



食，但我並不害怕，我給牠一塊麵包，牠便登登登地跳「過來」，像表演雜技一樣。追着我，我馬上跑，一直跑，暴龍就追過不停，好像想把我一口便吞進肚裏，令我碎屍萬段，跑了一百米左右，我看見前方也有一隻恐龍在進食，於是我靈機一觸，立即向右邊急轉，追趕着我的恐龍便與前面進食的恐龍相撞，結果牠們就打起架來，為了避免受傷，我馬上就走了。

在步行途中，我看見很多不同種類的恐龍，有一頭長頸龍把我抱起坐在牠的頭上，起初我真的很害怕，但是當我看到遼闊草原上，這麼美麗的風景，簡直是一個世外桃源，真是令我陶醉在其中，甚至流連忘返，不知不覺牠帶我進去一個巨大的山洞裏，我沿着牠長長的頸走下地面，我看見一個意想不到的時光隧道，那裏閃閃生輝，於是我立即走進去回到現代了。

回到現代後，我把這件事情告訴家人及朋友，但是他們都覺得我在說謊，還是算了吧！我倒不如把這件事放在心中，有空時可以回味一下。現在最重要的是積極面對將來，不應再沉醉於夢境中了。

一覺醒來，我竟身處外在東京

3A 黃嘉明

我還記得昏頭昏腦剛剛睡醒的時候，自己身處在一戶人家中，當時那裏沒有人在家裏，我獨個兒走到大廳，看見一幅相片，原來這裏是書中所寫的《都市傳說裂口女的家中》。

我想一想，原來我到了東京，當時我身在異鄉，不知道如何是好，身子都冷到變僵了，就像木偶一樣，連手指也不能伸展，那時我真希望能投進媽媽溫暖的懷抱，然後就倒在街上了。

我想着、想着……，突然屋子的主人家回來了，她看見我就溫和地問：「你還好嗎？」我就回應她：「是你照顧我嗎？真的是謝謝您！」我身體已經康復了，我當時還不知道她是裂口女，當我和她相處了一段時間，我跟她說：「我外出去買些東西，」我外出了不久之後，我見到有一個很美的公園，我好奇地走進去，突然我看見有一個黑飛奔，他速度是一百公尺六秒，如果跟她比賽跑步，我一定會輸！我然後緊快離開，當我到了公園的門口時，前面有一個很熟悉的女孩，站在我面前，並說「我漂亮嗎？」她當時戴上口罩，我根本看不到她的樣子，我說：「很美！」然後她把真面目向我展示，原來，你是……我所認識的主人家裂口女，然後她被暗箭射中，我害怕得大叫起來而暈倒了，當我醒來的時候，我非常擔心地向媽媽查問裂口女的傷勢，但媽媽卻不知我在說甚麼，原來我發了一場夢，幸好我生病時，媽媽在我身邊徹夜眠地照顧我。



一覺醒來，我竟身在馬賽克風格屋子裏

3A 葉啟東

一覺醒來，我竟身處在一間馬賽克風格的屋子裏，其實這是屋子的風格？還是我的眼睛有問題呢？因為我看到了連鏡子也是馬賽克。我看一看我的手，嘩，真是嚇了一跳，因為連我的手、腳，甚至整個身體都是馬賽克，簡單說，我就是「格仔人」。我再清楚一點地看，發覺自己在萬尺懸崖上，只有一塊大玻璃阻隔着我。只要我開門，踏出這間屋子一步，我就馬上跌下萬尺懸崖，粉身碎骨，那時我像一隻受驚的小鳥一樣，呆呆地站立着，於是我開始在這間屋裏面搜索。

我發覺這間屋有很多家用品，但是得物而無用，唉，為什麼會來到這個地方呢？讓我回想一下吧……記得前一天，我在一個公園裏和一童黨爭執，還跟他們打起來，其中有一個拿着鐵枝，我用手擋了幾下政擊，便昏迷了。



當我醒來，便在這間玻璃屋裏，雖然我手腳的傷痕已完全康復了，但後腦還有一種劇烈痛楚。我越想回憶暈倒之前所生的事，後腦便越痛，到底這裏是什麼地方？我到底是用什麼方法來的呢？打暈我的童黨又去了哪裏呢？我決定在這間屋裏尋找答案。

我嘗試打開電腦上網，但卻不能，我抬頭向上一看，我身處的「玻璃屋」，正是火山口。我看一看山下的城市，全被熔岩覆蓋，我再看一看地下，見到有熔岩由火山下急速地上升到我腳下，轉眼間我已被熔岩覆蓋着，於是我大叫：「救命呀！好熱呀！」

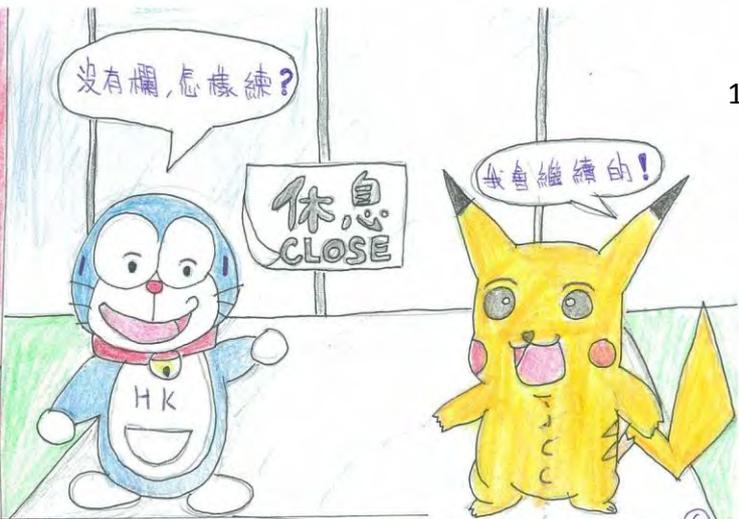
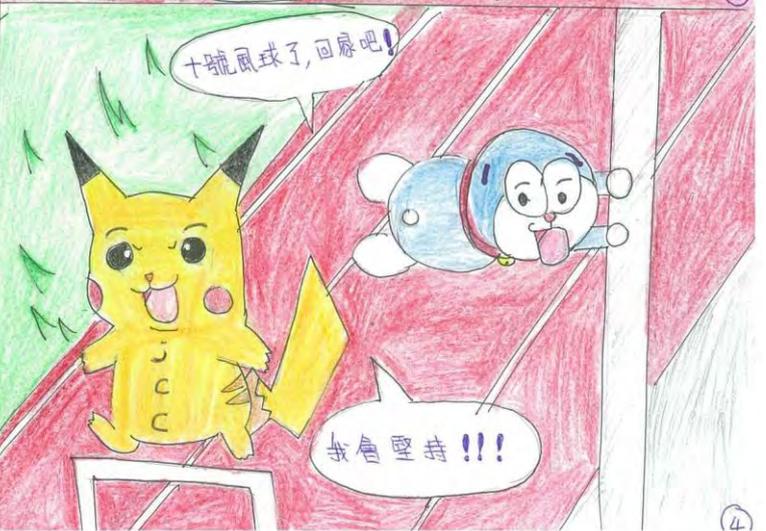
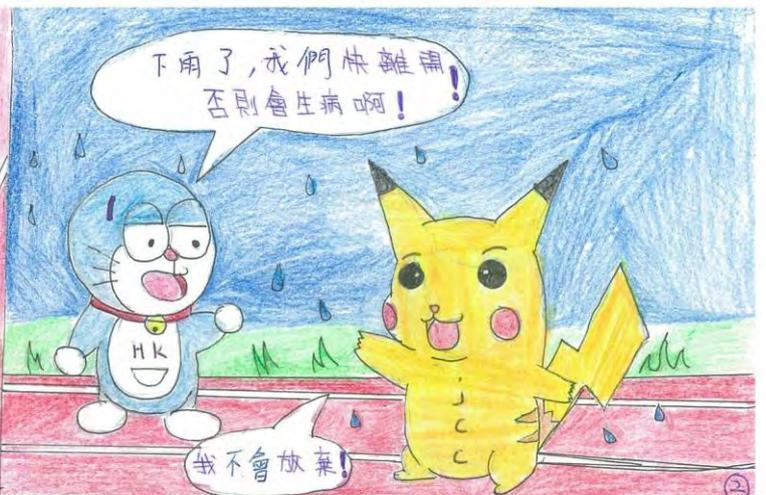
我從夢中驚醒，渾身是汗，看一看電話，今天是二零一三年四月二十八日，突然姑娘入來摸一摸我額頭，說我發燒了，幸好這

只是一場夢。

漫畫創作

14

今學年的中三甲班，冼贊銘、梁偉聰和李建瀚等同學，設計了富教育性的八格漫畫，希望能向各位同學帶出勵志的訊息，內容鼓勵各位同學「**面對困境時**」**不要放棄，只要朝着目標進發，一定會成功**」，同時他們更以畫為喻，對各位中三及中六畢業生作出祝福。





用心創作



細心繪畫



祝各位中三及中六畢業生：「魚躍龍門，前程錦繡」



互相砌磚



大功告成，大合照

南區風物景誌

今學年，本校有多位同學參加了由南區學校舉辦的「優質生活在南區的短文創作比賽」，其中四位同學的作品被刊登在《南區文集》中，參賽作品盡見同學們的心思，因為需要在限制字數 90 字以下內去完成作品，因此作品都是經同學們的精心雕琢，而且意義深遠。

學生姓名：5A 班 羅俊雄

作品命題：永不忘懷 — 陳南昌紀念學校



內容介紹：

自從加入陳南昌學校這個大家庭後，我面對的一切都是與以前學校截然不同的。這裡的老師充滿慈祥親切的笑容，除學業外老師也關注我們的成長，在老師推薦下我成為了高級學長，使我有機會為學校服務，實在獲益不淺。



學生姓名：5A 班 關嘉豪

作品命題：幽美的一角 – 南朗山道



內容介紹：

每天上學我也踏上這靜悄寧謐的南朗山道，欣賞路邊兩旁的自然美景。這簡直是一幅美麗圖畫。我最愛欣賞花的美態和香味，花香迎面撲來，令我陶醉，甚至帶走我的一切煩惱，

這也成為我的學習原動力，令我更熱愛這校園環境。



學生姓名：2A 班 朱傑暉

作品命題：沉醉時刻 – 避風塘



內容介紹：

每當我不開心時，我都愛依在窗欄呆呆地看着這個具有多年歷史的避風塘，那裏滿載一排排的漁船，就像一個大家庭。加上海風輕輕地迎面吹來，帶一點涼快，更像溫柔地擁抱着我。在此情此景下，令我放開一切煩惱！





學生姓名：1A 班 鄭文定

作品命題：拼搏一刻 – 陳南昌紀念學校操場



內容介紹：

當我們在這個籃球場，進行比賽時，各位同學都全情投入，積極進取的精神，深深的感動我。我們有些咬牙切齒，有的充滿信心，從球場中令我看到各同學那無比堅毅的一面。

海難以後.....

十月一日的一場大海難吞噬了 38 條人命，事發至今仍有乘客失蹤。這一場海難，撞毀了船，也無情撞散了多少家庭。死者家屬承受失去家人的痛楚，傷者家人亦擔憂家人的傷勢。各班同學也就此事件抒發心中情，表達了同學們「願傷者早日康復，逝者主懷安息!」的心聲。

對於這件事情，我感到非常傷心，如果受害者當中包括我的家人或是知心好友，我就更加難以接受。原本一家人一起坐船出外欣賞美麗的煙花是一件很高興的事。但卻發生此事令家散人亡，有些人已經擔心可否找回家人的屍體，希望警方能盡最大的努力去找回受害者的家人及各朋友。

2C 連梓汶

在這件事上，我感到無奈和非常痛苦，憤怒。更感受到失去親人那種感受，明明可以一家人開開心心出海觀賞煙花。但是就被另一隻船撞沉了，而撞了人的船就不顧而去，真的很冷血無情，為甚麼可以這樣做？

而這主辦人的李嘉誠，就給一百萬死者家屬，死者家人就認為：「不如我給你一百萬，你還兒子。」我更體會到受害者的無助和憤怒。

3C 陳君浩

今次的南丫島撞船事件，我感到非常難過，希望死者家人可以節哀順變，傷者可以早日康復，希望其家人能重新振作，每天開開心心過生活。

3A 梁偉聰

對南丫島附近撞船感想是很悲慘，因為他們原本只是想家人去看煙花，但卻發生意外。但人都死了，但願他們得到安息，因為神是愛他們的，而且希望受傷的人，天父會幫助他們！

2B 張諾楓

我覺得這次撞船事件的船長很不負責任。

希望撞船的死者安息及希望失去家人及朋友的人能保重

2A 陳家豪

南丫島沉船後的感想

我覺得南丫島沉船事件中，兩艘船的船長也有錯。如果他們小心點駕駛，就不會導致有 38 人死亡，希望還沒有獲救的人也平安無事吧！

1A 柳樂軒

南丫島撞船事件

南丫島發生了一則嚴重撞船事件，造成多人傷亡，在此我向死難者和傷者致衷心的慰問，希望傷者快些康復，而船公司儘快調查到撞船的原因，以及給死傷者家人一個合理的解釋。

3A 冼贊銘

10.1 南丫島沉船事件

我對於這件事情我感到十分驚訝和痛苦。因為由一個抱着開心和溫馨的家庭活動由二分鐘變成一個痛苦和無助的家庭。這種無奈的感覺，實在令人哀痛，更令我深深體會到親情的可貴。

3C 呂舜成

經過這件事後我覺得我必須學懂珍惜和家人相處。其他人可以注意水上安全。

1A 黃永聰

我認為這件事非常嚴重，因為死了很多人，令到很多人，失去溫馨的家庭，所以我希死難者的家人，能堅強地活下來。

3A 李樂希

中一級成長的天空 之 「我們是這樣長大」

所謂「三歲定八十」，你是否同意這說法，請加以解釋。



1B 郭樂明

不同意。因為在三歲的時候，我還不懂分辨是非，思想還未成熟，還需要家人的心思和時間來照顧，但上學後，我們接受了老師的教導和知識的沖洗，思想成熟了，更可以分辨是非，正所謂「經一事，長一智」，所以人的年紀越大，經歷的事就越多，所以我不認為「三歲定八十」這個道理。



1B 張嘉俊

不同意，因為人的本性是可以改變的，我們慢慢長大時，性格也會改變，長大了自己就會有分辨是非的能力，此外經過家人的教導和照顧，思想是會成長的。

中一級成長的天空 之「我們是這樣長大」

所謂「三歲定八十」，你是否同意這說法，請加以解釋。



1B 陸飛龍

我不同意!因為三歲的時候，我們對世事的認識很淺，必須要經過長時間的學習和磨練，但是當你到了八十歲的時候，你經歷了很多不同的風風雨雨，懂得世間很多不同的做人道理，相比起你三歲的時候，你已經成長了很多。



1B 馮浩齊

我不同意「三歲定八十」，因為三歲的時候，我們還是個未懂事的小孩子，需要家人的照顧。但我們會不斷成長，思想會變得成熟，也會有自己的性格。所以我不同意「三歲定八十」這個說法。

中一級成長的天空 之 「我們是這樣長大」

所謂「三歲定八十」，你是否同意這說法，請加以解釋。



1A 麥偉杰

我並不同意「三歲定八十」這句說話，需說「江山易改，本性難移」，但是我看見很多小孩子在三歲的時候，對父母經常發脾氣，但是到了懂性的時候，他們便會明白父母的養育之恩，對父母非常孝順的。



2A 關釗源

我不同意，因為我們小時候可能因家庭關係，會被家人寵壞，而變得目中無人。但是，人是可以改變自己的，當我們漸漸長大了，性格也會因此而改變。遇到難題時，只要有恆心，無論有什麼困難，都能積極面對，性格也會變得堅強和溫馴。

中一級成長的天空 之 「我們是這樣長大」

所謂「三歲定八十」，你是否同意這說法，請加以解釋。



1A 黃煒原

我不同意，因為三歲開始，我們認識世界時，會受到不同事物的影響。就像家庭和結識不良朋友等。這可能會使我們變成壞孩子，當慢慢長大後，我們會懂得辨別是非，而遠離損友，到那時我們的心智，也會變得更成熟而成為一位好孩子。



1A 黃浩南

不同意，因為我們三歲的時候，性格可能很頑劣，但是人長大了，性格也會有所改變，當你接受了父母和老師的教導後，你會懂得明辨是非，由性格頑劣變成一個很正直的人，所以我不會同意這一句的說法。

家長園地

2012-2013 年家教會主席葉克和先生



感謝神的恩典和各位家長的支持，今學年家長教師會的工作又得以順利完結！每當我與家長交談時，他們總表示現今的孩子愈來愈難教，雖然學校教育功能是不能被忽視的，但學童的成長，無疑也是學校和家庭雙方的共同責任，因為學校生活和家庭生活各自佔據了孩子的重要生活環節，倘若教師和家長能夠互相配合和共同努力，相信孩子一定能夠發揮各自的潛能，得到長遠的進步。

學校每年也希望透過不同的活動，讓同學學習尊重別人，接納各人的差異，尤其全校越野賽暨親子燒烤樂及陸運會，感謝當天共十一位家長擔任家長義工。這是值得鼓舞的，因為該天家長除了為參加長跑同學打氣外，更參予了親子燒烤活動，場面溫馨，學生更主動燒一些食物讓家長去享用，而且本會更替家長與學生拍照留念，家長也非常感動。雖然活動的成果未必是盡善盡美，但重要是在過程中同學們體會到父母的關懷感激和尊重之情，從而加強親子關係。

最後我希望每位父母也有一種豁達及能放下的心，放下對孩子過份的呵護，給他們機會長出自己的翅膀，更不要將自己的想法強行套在孩子身上，因為每位孩子也有不同的學習模式和步伐。趁他們還在自己身邊，應該好好珍惜，與孩子一起相處的時間和經歷，他們的未來應由自己去決定，並不是由我們的想法和財富去影響他們。

我們堅信每個孩子都是神所寵愛，都有公平的天賦，所以我們期望各位家長，能繼續與老師同心同德，甚至愈來愈喜歡參予學校的活動，並為我們提出寶貴的意見，為孩子的成長共同努力，讓孩子熱愛家庭，熱愛學校，從而熱愛積極進取的生活。



「家校一心」活動花絮

班主任接見各家長



今屆家教會主席朱日顯先生與各家長暢談親子心得

家教會成員人才濟濟



校董選舉點票



各位善心的家長積極參予義賣活動



上屆家教會主席葉克和先生作會務報告

親子心得

節錄自 2013 年 2 月 1 日(星期五)《晴報》親子 54 版

一位怪獸家長的自省

親子 54

2013年2月1日 星期五

www.skypost.hk 晴報

升學信箱

魯思

考試升學專家、撰寫升學專欄20年

自修生考DSE

覆Sarah：你今年自修DSE英文及選修科BAFS，預計成績是5*及4，與去年合併成績為55*44/4，倘要考入浸大文學院，你跟去年浸大取錄文學院中位數相若，應有很大機會；另浸大英文及英文教育機會更大，因你英文有5*，去年他們的中位數只是4533/34；浸大傳理也算有一定機會。中大英文系，應勉強入到，去年3/4位數為45*44/554，可惜你只4+1，在最後取錄的幾位申請人，若相同4+1成績則你較吃虧；至於中大中文也是50/50。假如要考英文及BAFS只有5及3級，浸大文學院仍有機會，傳理學院也許機會較遜，教院中文教育也可以吧！但為何不選英文教育？始終你英文有5級。

覆LAW：去年自修生的DSE成績考評局沒有明確公布，只公布了日校生與全體考生成績，詳情可瀏覽到考評局網頁www.hkeaa.edu.hk；首屆DSE自修生多是老師、補習社導師，也不會考齊五科或以上，但今年真有曾考去年DSE的學生，今年重考，估計成績會較去年高，建議自修生運用比人多一次經驗去解答試題。 loseee123@yahoo.com.hk

www.facebook.com/losee01

看到八歲的小兒子和善有禮，老師、朋友都讚賞不已，育有四名兒子的媽媽陳樂芝終於掌握到育兒的方法了。自嘲當年是怪獸家長的她，一方面拿着鐵尺藤條處罰不用功的兒子，另一面對一切生活細節照顧入微，結果換來二十多歲的老大、老二埋怨而離家，老三依賴成性、不懂獨立。今天積極學習育兒和溝通技巧的她，沒有逃避過去，以自身經驗勸勉父母要注意親子關係的重要，值得細味。

撰文、攝影(部分)：Lydia (lydia.shfung@gmail.com)

一位怪獸家長的自省

今天與小兒子建霖相處，陳樂芝會時常擁抱、說笑。

小兒子建霖愛笑，樂意打招呼，加上肥嘟嘟的外形，可愛到不得了，無怪老師和朋友都在媽媽陳樂芝面前大讚他，並不止一次問：

「你如何教養他的呢？」
兩年多來不斷上課充實自己，學習電腦、育兒、人際關係和溝通的課程，令她豁然領悟到昔日的自己，是如何不懂得與首三名兒子相處，以為盡心盡力操練他們的學業、安排升學就業就是盡了母親的責任，結果換來一段不愉快的經歷。

瘋狂操練成績

「當年我命令兒子們坐在桌子的兩側，我在中間，面前放着一把鐵尺，做完功課便多做一本練習，不聽話便打。兒子有一次默書零分，還假冒我的簽名，我揭發後把他打至皮開肉綻，見骨流血。」說話出奇地平靜的她，像在訴說別人的歷史：「以前覺得自己是好媽媽的。」

的確，她從來不用兒子做家務，為他們製整齊衣服，水果剝皮切成小粒，甚至中學選校選科都鋪排妥當。可是，兒子漸長，發現兄弟之間待遇不同，便埋怨起來。

兒子賭氣離家

由外婆帶大的老大回家同住後，感到媽媽從來沒有照顧他，

經歷過當虎媽，陳樂芝明白學業成績不是最重要，親子關係才是每位父母都要努力追求的成績。

大學畢業後便離家；老二則不甘心被媽媽安排早出來做事養家，賭氣要再讀書，離家後沒留下聯絡；被過分照顧的老三則不懂自理，上班的衣服摺得連同事都看不過眼，媽媽陳樂芝最近為他成功申請了房屋，但他怎樣也不願意遷出過獨立生活。

兩年多前，樂芝開始上自學人生自學計劃的課程，在人際關係和溝通一課中，她重整自我，發現以往過分重視成績，令孩子反而不懂得珍惜親情。於是，她徹底改變過來了，她說：「現在與小兒子經常擁抱說笑，他無法用家裏的打印機打印相片，我會跟他一起在相簿中找尋替補。」

延伸閱讀

由婦女事務委員會發起、香港公開大學李嘉誠專業進修學院及新城電台合辦的自在人生自學計劃，是針對婦女需要而設的學習計劃，培養發揮個人潛能，正面、肯定自我。

多年下來，就讀小三的小兒子建霖在人前自信有禮、表達能力高，自理能力也強，媽媽樂芝表示：「他懂得自己拿起水果就吃，我外出時，他也懂得煮吃。」

兒子學校有活動，陳樂芝回校幫忙，美麗的布置她強調不是自己的功勞，而是與人合作的成果。

過程重於結果

大兒子璋恒去年港大碩士畢業，特意邀請媽媽樂芝和女朋友參觀典禮，之後還與媽媽吃飯，令她大受感動。當年離家，璋恒到外地工作半年，到現在才對她說：「當時不知為何最掛念的便是你。」血濃於水，親子之間的關係永遠最難解釋。今天大兒子會倒過來關心二弟建霖，會whatsapp二弟在Facebook上標奇立異的相片給媽媽看。樂芝有這樣的回應：「從相片看，他只是裝扮怪了一點，但看起來很開心，生活應該不太壞的。」

今天的她，會以理解、體諒和信任的方式與孩子相處，從小兒子身上，她印證和諧相處的重要。

節錄自 2013 年 2 月 1 日(星期五)《晴報》

8A 媽咪《4Q 教子情式》作者 張嘉雯 55 版

溝通聆聽助孩子思考

8A 媽咪

《4Q 教子情式》作者 張嘉雯



溝通聆聽助孩子思考

培養孩子的思考能力，提升孩子解決問題的能力，並不是甚麼複雜的事，父母其實天天都在進行，只是應在何時加多一點力，多留意在身邊的時機便是。

能與孩子溝通的父母已是這一類型的父母，只要在與孩子對話時是雙向的，即你要孩子回應你時，孩子亦可以向你有答有問、有商有量；像權威型的父母往往以指令式地要孩子這樣那樣，沒有讓孩子回應或發問的機會，那何來會有思考的過程？

除了有雙向溝通外，還要讓孩子視你為聆聽的好對象；先聽孩子說完，然後才給他解釋原因或分析好壞，避免因心急而不等

孩子說完便告訴他應這樣那樣，而奪了孩子汲取經驗的機會。

讓孩子說清楚自己的感受、看法或意見，這過程其實也是個重要的思考和整理過程，你接着才慢慢跟他分析，又可以反問形式來協助他作深層思考；以「假如這樣又如何」，以「假設下次又再次發生」等來鼓勵他以不同的角度思考，助他嘗試解決問題，之後才給孩子作個總結。

別讓孩子跟你的關係，只埋首於讀書溫習。陪他參加興趣班之外，給時間讓孩子發揮思考能力和解決問題的能力，那不是從書本可以學習到的重要一頁——智慧。
(五之五)

活動多續紛

水運會坐無虛席



師生水上傳球比賽



(齊心合力)努力，加油



向終點進發



我們成功了!



友校跆拳道比賽



聖誕話劇大匯演



越野賽起跑前一刻.....



互相支持，情同手足



型男廚房



美食製作



樂於分享



愛護小動物



划艇訓練



接受挑戰



我們的驕傲

校外獎項紀錄2012-2013

第 64 屆香港學校朗誦	中文詩詞獨誦	優良獎	2B 張諾楓 4A 陳仲汶
		良好獎	1A 柳樂軒 1B 梁俊華 1B 謝家樂 2A 朱傑暉 2A 楊靜聰 2A 陳建偉 2A 郭政樂 2C 連梓汶 2C 李浩賢 2C 林君亮 3A 文子龍 3A 冼贊銘 3A 李建瀚 3A 梁諾賢 3B 黃志成 3B 莊秉霖 3B 黃浩文 3C 郭家豪 3C 陳君浩
	普通話詩詞獨誦	優良獎	2B 莫萃賢 2B 廖文迪 2C 葉永康
	英文詩詞獨誦	季軍	2B 莫萃賢
		優良獎	1B 梁俊華 2B 張諾楓 3B 林溥笙
		良好獎	2A 朱傑暉 2C 林君亮 4A 陳仲汶
中國香港賽艇協會 康文署贊助	全港青少年賽艇錦標 新秀組四人艇	季軍	1A 區錦昌 2C 孫狄森 2C 李浩賢 3A 李柏謙 3A 梁諾賢
跆拳道比賽	2012 跆拳道友好邀請賽	冠軍	3B 鄺兆昌
		亞軍	5A 楊皓賢
		季軍	2C 孫狄森
學界田徑比賽	男子乙組 推鉛球	季軍	2B 陳熙燐
	男子乙組 一百米	達標	2C 余皓謙
	男子乙組 越野賽	達標	3B 莊秉霖 3B 梁志偉
香港拔河運動總會主辦 2013 年 5 月 26 日	全港拔河公開賽 青年組男子 8 人 560 公斤	亞軍	2B 練澤熹 2B 陳熙燐 2C 梁柱樑 3B 莊秉霖 3B 張子鋒 3B 黃志成
	全港拔河公開賽 青年組男子 4 人	亞軍	2B 練澤熹 2C 梁柱樑 3B 莊秉霖 3B 黃志成
	全港拔河公開賽 青年組男子 2 人	冠軍	2C 梁柱樑 3B 黃志成

群育盃	足球比賽	冠軍	1A 朱萬邦 2A 陳輝豪 2B 溫曉輝 2C 梁志豪 2C 王若東 3B 張子鋒 3B 黃浩文 3B 吳振韜 3C 葉偉倫 3C 伍駿源 3C 呂舜成 3B 陳浩東 3C 黃嘉柏 4A 莊穎聰 3C 陳君浩
群育盃	籃球比賽	季軍	2B 溫曉輝 2B 史曜銘 2C 梁柱樑 3A 李樂希 3B 黎俊良 3B 黃浩文 3C 朱靖朗 4A 鍾一正 5A 吳梓濠 5A 羅俊雄 6A 葉熹朗
群育盃	羽毛球	冠軍	冠軍：5A 葉焯諾 季軍：3B 黃浩文 殿軍：3B 鄺兆昌



乘搭本會會車處
行車時間表

8:55 am	4:00 pm
9:55 am	4:25 pm
12:40 pm	4:45 pm
1:55 pm	5:15 pm
2:55 pm	



香港青少年培育會
白普理宿舍
陳南昌紀念學校
香港仔南朗山38號

加拿大國際學校

南朗山道

南朗醫院

樹仁中學



巴士總站

南朗山道

梁灣道

惠福道

警校道

黃竹坑邨

經黃竹坑邨巴士路線

- 71號 中環新港外線碼頭
- 75號 中環交易廣場巴士總站
- 75號 金鐘巴士總站
- 72A號 銅鑼灣三越百貨公司門外
- 107號 九龍灣
- 48號 華富邨
- 78號 華貴邨



由樹仁中學步行
往本會約需12分鐘