



## 校長良言

### 秉承會祖精神 成為表裡一致的聖心人

近日，「德育及國民教育科」成為了社會各界關注和討論的一個重要議題。其實，早於二百多年前，會祖聖嘉諾撒瑪大肋納已經非常注重青少年品格的培養，她鼓勵修女們除了培養青少年知識技能外，尤要注重他們心靈的培育。學校一直秉承會祖的教育理念，視心靈陶育為全人教育的重要一環，透過正規和非正規課程，以及各項聯課活動，啟發同學作多元思考，反思生命，培養國際視野，建立正確的倫理道德觀。培育聖心人成為博學多聞、明辨是非、正直不阿、懷有高尚情操，能以感恩之情擁抱世界，並樂於與人分享的新一代，是學校貫徹始終的使命。

為更有效地實踐這個使命，學校特別成立了「德育及公民教育優化小組」，成員包括中國歷史科，公民教育組，學與教優化組和宗教及德育教育科的同事。在未來一年，小組首先會檢視學校在推行德育及公民教育方

面的情況，識別可以改善的空間，並提交改善建議給學校作為參考，讓德育及公民教育的發展更能配合時代及同學的需要。

今天的社會，莠子和麥子並存，我們的下一代確實需要擁有獨立思考的能力，以致在眾說紛紜的世代中，能明辨是非，善作抉擇，勇於承擔，並有道德勇氣，恪守正確的價值觀，這不僅是任何一個公民所應有的責任，為聖心人——受耶穌聖心大愛所感召的青年來說，更是責無旁貸。

不過，不管是德育教育或是公民教育，都不單只是知識層面上的認知，更重要的是認知後的實踐，所謂有於內而形於外，一個看似簡單的小小行動，如早上說聲「早」，又或靜心聆聽別人的意見，往往都能反映內在的價值觀和修為。而這些小小的行動，卻也是最

容易被忽略的。表裡一致是聖心人一個重要的素質。培養同學成為一個表裡一致的人，家庭和學校都扮演了重要的角色，我們需要為同學提供合適的環境，並以身作則，鼓勵她們培養正確的價值觀和時刻活出自己的信念。

教育確實是一項以生命影響生命的工程，當社會各階層的人士正在討論學校應如何推展德育及公民教育的時候，我們也不要忘記在同學德育發展和公民意識培養的路上，我們都扮演著每一個小小的角色，就讓我們攜手合作，在同學的成長路上，共同努力吧！

校長 霍慧敏修女



## 主席感言 家教會與你

時間飛逝，本屆的家長教師會幹事於2011年6月履職至今已一年多。家長教師會幹事來自不同層面、不同行業，大家卻均為相同的目標而邁進，各幹事都能致力推動會務。回顧上學年家教會舉辦不同類型的多元化活動，包括中一迎新日、週年大旅行、專為初中同學舉辦「親子歷奇」日營活動、協助校方挑選校巴公司和午餐供應商、購置優質書籍供家長借閱、培育青少年之專



題講座、家長與校方代表交流會、贊助學生活動、提供成績優異和最佳進步獎學金；還有首次舉辦之親子義工服務、賀年食品烹飪班和致送心意咭予教職員等，均相當成功及大獲好評。藉着這些活動，不單讓家長和老師提供聯誼機會，促進校方、家長及同學們溝通外，更能配合學校的多元發展。

新學年之始，我熱切歡迎中一同學和家長加入我們聖心大家庭。家長教師會繼往開來，繼續致力建構一個可持續發展的家校合作平台，強化作為家長與校方的橋樑角色，讓校長、老師和家長在溝通、關

懷、互助和包容的氣氛下共同為孩子而努力，提昇學生的個人素質，促進學生在德、智、體、群、美五育的均衡發展，適應將來的生活，為成為未來社會棟樑作好準備。

所謂：「身教勝以言教、心動不如行動」，我們誠意鼓勵各家長積極參與家校活動和家長義工工作，為孩子們樹立良好的榜樣。我深信在各位家長的熱心推動下，家長教師會的會務必定更蒸蒸日上，我們的子女必定能獲得更大的裨益。

在此謹祝大家有一個和諧家庭，同學們學業進步！

副主席 劉佩嫻女士

## 中三至中五家長的午間茶敘——妥善規畫、早作準備

四月十四日下午，出席了家教會舉辦的「午間茶敘」，由負責「學生學習概覽」及「其他學習經歷」的統籌老師為我們講解，並與家長們分享有關的內容及撮要。讓家長能夠清楚掌握新高中學制下的要求，更為家長解答有關問題，糾正部分誤解。以往個別家長認定「課外活動發展」是指學生在中四、中五及中六新高中學制三年內所參與的校外活動，原來這只是計算由9月至7月期間的校外活動，並**不包括**在暑假期間參加的校外活動。

新高中學制已成為中學生及家長必須認識的升學路向，學生日常除在課堂努力學習，同時也需應付校內「其他學習經歷」或兼顧校外「課外活動發展」；未雨綢繆，全面裝備自己，徹底養成終身學習的態度，更為將來升讀大學早作準備。與此同時，家長須緊記提醒女兒，在提交有關校外活動予學校時，必須挑選具規模性或深刻性的課外活動填寫，並完善保存有關曾參與活動的主旨章程、簡介等重要資料，留待日後作參考備用，為未來決策作出勝人一籌的規畫。

四己(2011—2012)劉雅懿 家長鄭泳笙女士



為感謝傅李慧梅女士為家教會多年的貢獻，主席袁月卿女士代表家教會於散學禮當天致送紀念品與傅太。  
祝願傅太享受每天的生活、身體健康！

校方幹事調動：

由李怡欣老師(Ms Canny Li)擔任的培育顧問於本學年開始由陳逸靈老師(Ms Elaine Chan)接任。感謝李老師多年來為家教會的付出與貢獻。

### 參與義工有感

農曆新年前，我參加了學校舉辦的「蒸糕班」，跟一大群家長享用了家教會的服務，但見兩位義工家長忙得團團轉，但又樂在其中，心想我也可以幫一把忙呀！因此自告奮勇的先後幾次在學校的活動中擔當家長義工。

最令我難忘和興奮的是在「Fun Fair」中跟幾位家長做小賣部店員。當日有很多不同小學的學生跟家長一起出席活動，他們手持着小吃券兌換食物，我們的攤位售賣的三文治飛碟、燒賣、粟米等大受歡迎，忙個不亦樂乎！不消一句鐘便要重新添置貨源，我們這群「冒牌」店員，也發揮了團隊精神，愈忙愈開心呢！

在日常生活中，偶爾以另一個身分出現，同時也能為因困的學校出一分力，那份新鮮感和滿足感不能言喻呢！

中二丁(2011—2012)黃錄澄 家長洪維香女士





## 馬屎洲自然徑親子遊

每次學校安排的戶外康樂活動我和女兒都盡可能參加。最希望把她的活動空間由房間轉移，我更樂意暫做一棵樹，讓這女兒化身成小樹熊給我抱擁，整天在我身邊徘徊。爸爸可挽手同行，媽媽可說閒話瑣事。我絕對享受此時刻，隨着她的年紀愈大，這樣的機會就愈少。

這次馬屎洲自然徑之旅尤甚，她深知我甚害怕墳墓之類的地方，沿途她都牽着我的手，讓我安心；更為我打傘遮太陽，扶着我上斜坡，爬樓級，甚是溫馨！旅程的觀賞雖然沒太高的趣味性，但是親女一天甚是甜蜜！

五甲(2011—2012) 陳綺翹及家長

經過這次到馬屎洲自然教育徑的活動，我和家人深深了解到馬屎洲的特色和歷史。讓我們感到讚嘆的是洲內岩石種類豐富、地貌特徵多姿多彩。由於在馬屎洲找到的動植物化石都有上億年歷史，所以更值得我們一看。

這次非常多謝家長教師會給我們一個有益身心的親子旅遊學習的機會，藉此可以讓我們感受大自然的壯麗景觀，更讓同學們可以從戶外考察中學習書本難以傳遞的知識，是真正的讀萬卷書不如走萬里路。

一己(2011—2012) 吳尚兒及家長

## 賀年糕點製作班 ——輕鬆! 實用! 有趣!



一月七日，週末，天氣陰陰冷冷，為了參加家教會首次舉辦的「賀年糕點製作班」，我這個家長冒着寒風首次以「學生」的身分走進聖心中學的家政室，由家政科李詠詩老師教我們這群「超齡」學生烹調美味的蘿蔔糕和芋頭糕。

踏進家政室，已感到氣氛暖烘烘，但見每組的桌上都已齊備各式的用具，還有數十斤的蘿蔔、芋頭、臘腸、冬菇、大大的蝦乾、干貝，各式各樣的調味料等等……，可見老師和家教會的委員在背後花了不少功夫為這次活動作準備。

李老師的講解示範，輕鬆活潑，而我嘛，簡直有點手忙腳亂，但李老師氣定神閒，不厭其煩的在旁指導，還有家教會的Winnie和Judy不停的為我們打點呢！

過程中家長們都雀躍而興奮，看着自己的製成品，實在有很大滿足感啊！當大家都在想着回家後可以與家人分享美味的糕點時，我已在期待下次能有同樣的機會參加這些實用、有趣而開心的活動；只是我也明白要勞煩老師和家教會為家長們的張羅，付出時間和心力，可實在一點也不簡單。在這裏衷心的對你們說聲「謝謝」！

二丁(2011—2012)黃錄澄 家長洪維香女士



# 五月季會—「作孩子的生命師傅」講座

羅乃萱女士



## (一) 我們身處的世代： 溺愛世代與ME世代

- ☺ 溺愛世代的七宗罪：驕傲（自我中心）、妒嫉（許多孩子的驅動力）、憤怒（心中怨憤）、懶散（缺乏進取動機）、貪婪（典型的驕縱行為）、暴飲暴食（飲食失調）、陷溺（自制）等。
- ☺ ME世代的特性：青少年特質
  1. 社會規範的衰退：你不需要別人的贊同
  2. 個人軍團：離群獨居，單打獨鬥
  3. 自視甚高：只要我想做，有甚麼不可以
  4. 高壓世代：焦慮、憂鬱與孤獨的年代
  5. 外控性格：對啦，最好是這樣！
  6. 性觀念開放：古板世代與粗野世代的交會
  7. 平權革命：包容弱勢族群、女性及同性戀
  8. 知識應用：商業市場與年輕人的未來

## (二) 這一代父母的管教迷思與問題

- ☺ 管教迷思
  1. 死性不改
  2. 管教是學校的責任
  3. 他比我兇
  4. 沒有時間
  5. 我試過了，但沒用
- ☺ 問題在哪裏？
  1. 過度給予
  2. 過度要求
  3. 過度保護



羅乃萱女士為家庭基建發展總監，於2005年獲頒授香港特區榮譽勳章，2008年獲委任為太平紳士，資深親子及婦女教育工作者。近年喜探討現代人的婚姻關係、親子溝通與管教、婚姻關係、城市人的壓力、女性成長等課題，亦於加拿大及澳洲主領有關婦女的講座。

著作：《捨不得你長大》（入選2005年香港書展名家推介40本好書之一）、《甜酸人生》、《生活是一連串的感覺》、《閱讀女情》、《逆境逆思》、《阿Q媽咪生活智能篇》、《阿Q媽咪少年篇》等。

專欄：《香港經濟日報》、《時代論壇》、《親子便利》、《天使心月刊》、《國度復興報》等。

（資料摘自 <http://www.familyheartware.com/index>）

想多瞭解家庭基建（Family Heartware），可瀏覽此網頁：

<http://www.familyheartware.com/index.php>

家庭發展基金 <http://www.familyfoundationhk.com>

## (三) 如何當孩子的生命師傅

- ☺ 師徒教育
- ☺ 目標清晰——成長的目的：成為一個獨立自主的人
  1. 我有能力為家庭及父母做事
  2. 我被需要及有貢獻
  3. 我不會被周圍事物影響
  4. 我有自制力及生活有規律
  5. 我能與他人合作
  6. 我能面對將來生活的挑戰
  7. 我能作出好的抉擇
- ☺ 真誠可靠
- ☺ 建立溝通（LISTEN）
  - L → 放鬆（Loosen up）
  - I → 投資時間 Invest the time
  - S → 停止分心的事 Stop the distractions
  - T → 調整頻道 Tune in
  - E → 在情感上與孩子相交 Emotionally connect
  - N → 非語言溝通 Nonverbal communication



- ☺ 憐憫心腸
- ☺ 界線清楚
- ☺ 感恩知足
- ☺ 以身作則
- ☺ 敢夢敢想
- ☺ 審視童年



## 我肯定是孩子的生命師傅

為人父母者對子女或多或少有不同程度的溺愛，在未參加教會所舉辦羅乃萱女士主講的講座「作孩子的生命師傅」前，對自己教養子女也滿有信心，透過是次講座才驚覺自己的女兒亦有着溺愛世代青少年的特質，幸而透過是次羅女士的精彩解說令本人從不少生活實例中得以反思。

其實要作為女兒的生命師傅首先與她有良好的溝通，更而是能以身作則，最重要讓她能事事懷有感恩知足的心，對未來充滿希望，這樣女兒將來也會成為她下一代的生命師傅。

二甲(2011—2012) 張諾堯 家長王燕碧女士

校長霍修女及主席袁女士致送感謝狀與今年為本會服務的家長義工



12.5.2012 齊齊來個大合照



校長霍修女及主席袁女士致送紀念品與羅乃萱女士



# 家教會活動花絮

五月季會作孩子的生命師傅  
12.5.2012

「情迷上網」講座  
及工作坊  
10.3.2012



周年大旅行  
馬屎洲自然徑親子遊  
18.3.2012

糕點製作班  
7.1.2012



幹事會海鮮聚餐  
14.7.2012@容龍海鮮酒家



FUN FAIR  
18.2.2012



# 主動學習的分享

時光飛逝，轉眼  
間小女在  
聖心已度

過六個年頭。六年來  
眼看着小女由一個靦腆  
內向的小女孩，茁壯成長  
為自信、進取及刻苦耐勞的  
中學生。去年更成為學生會主  
席，令她有機會為學校和同學們  
服務，並發掘出自己的領導潛能。  
這些轉變實有賴老師們的循循善  
誘、悉心教導，令小女在德、育、  
智、全方位均得到發展。看着小女  
的轉變，作為父母的我們，除感到  
欣慰外，也心感謝老師們的付出、  
教導及關懷。

如上所說，小女唸小學時是個文  
靜且沉默寡言的小女孩，上課時只  
是默默的聽老師講課，從不參與班  
中的討論。說來還真要感謝小六時  
的班主任——林老師的一番話對她  
的啟發：「真才實學當然重要，但主  
動爭取學習機會也同樣重要」，她  
對這番教導有着深刻的體會。自  
始，學習態度有了一百八十度的轉  
變，做每件事都很認真，且能主動  
學習，積極進取。

還記得她唸中二時寫的一篇文章  
「良師的叮嚀」，文章中段正正記  
述了她對主動學習的體會和得着。

現與你們分享這篇文章，希望聖  
心的師妹們也能體會到這位良師的  
金石良言。

2012畢業生 陳穎彤家長 梁玉華女士

## 良師的叮嚀

我家旁邊有一個小花園，裏面種  
滿了各式各樣的花卉。昨天，我閑着  
無事，便踱步到這小花園來，欣賞大  
自然的美。我悠然地坐在花園裏的一  
張長椅上，看着園丁一邊為植物灌  
溉，一邊為她們施肥，忙碌得很；然  
而，他卻顯得樂在其中。這時，玫瑰  
清幽的香氣迎面送來，我的思緒也隨  
着香氣的帶動，回到了過去……



眼  
前出現  
了一位女教師，

她年約五十餘，在  
她那把整齊的短髮中夾  
雜着幾根歲月的白髮，挺直  
的鼻樑上架着一副金色的圓框眼鏡，  
她就是小六的班主任——林老師；  
在她旁邊還有幾個小孩，站在正中的  
便是我，我們正一起討論園藝。她  
說：「學校就像一個大花園，而老師  
的責任，就像園丁一樣，悉心地培育  
你們這羣幼苗，讓你們茁壯成長。」  
我們幾個小孩似懂非懂的點着頭，繼  
續依照林老師的指示，為我們的盆栽  
灌溉。

林老師就是本着這個信念來教  
學，她所做的每一件事、每一句話，  
都是為我們設想的，從她那語重心長  
的叮嚀中最能體會。如果林老師是一  
名園丁的話，她的叮嚀就一定是肥  
料，讓我們能健康快樂地成長和明白  
做人的意義。

香氣再次在我的腦內回旋，把我  
帶到另一個場景。清新怡人的花香撲  
鼻而來，到處都是可愛的丁香花，這  
兒是林老師的小花園。這位老師就是  
那麼熱衷於園藝，無論是任何一顆小  
幼苗，她都是以無比的愛心去照顧她  
們，也正如她對我們的態度一樣。

這時，林老師的聲音又響起了。  
「真才實學當然重要，但主動爭取學  
習機會也同樣重要。」站在旁邊的  
我，細聽她的教誨。她繼續說：「任  
何人都需要鍛煉，如果你只會單方面  
去接受上課時學到的知識，而不懂得  
去思考、去發問，那麼你只是一朵不  
能盛放的小花蕾；只有經過太陽的照

射，雨水的滋潤，小花蕾才能綻放光  
芒；在現實生活中，我們可從上課時  
得到被鍛煉和培育的機會，只要多了  
發問和了解，思想不會再這麼局限，  
我們才能步向盛開綻放的境界。」

我思索了一會，腦海中浮現  
過去的上課的情景。只見我  
專注於抄寫筆記，從不會參  
與班中的討論。這時，我恍然大  
悟，明白林老師的用意，我點點頭，  
謝過林老師的教誨。

自此，我嘗試改善上課時的學習  
態度，踴躍舉手發問及回答問題，我  
終於發現發問的好處——由於要回答  
老師的提問，令我更加投入課堂，且  
嘗試用多角度去思考問題，對問題  
的理解也相對加深，成績日益進步；  
此外，在語言和自信心方面，我都有  
了大躍進；因為多了表達意見的機會，  
我的說話技巧和表達能力也顯注地  
提升。

我真的很感動，林老師真是一位  
愛心滿溢的園丁，面對任何一棵小幼  
苗，她都是無微不至的照料，加上肥  
料，使幼苗能擺脫以往柔弱的姿態，  
漸漸成為強壯的小花。也許你會認為  
林老師的訓勉十分厭煩，但在我眼  
裡，她所說的每一句話，都是充滿了  
愛；她所說的每一個字，都是充滿了  
人生的智慧。可能只是簡單的一句鼓  
勵，都能突顯出她對我們的關懷。這  
些是何其的美、何其的善。

就在快要畢業的時候，我憑着學  
到的語言技巧和知識，成功獲派到心  
儀的中學。我興高采烈地告訴她，林  
老師拍拍我的肩膀說：「你成功了，  
已綻放的小花蕾，但請不要自滿，繼  
續努力。」不知不覺間，我的眼睛都  
模糊了，腦海中不斷浮現出她的每  
一句叮嚀……，那些都是讓我轉變的  
金石良言啊！

這時，香氣再次揚起，把我帶回  
現實。眼前仍是那位勤勞的園丁，我  
向他請教了種植幼苗的方法，並種了  
一棵屬於我的幼苗。以記下林老師對  
我的叮嚀和鼓勵，也記下我對她的感  
謝之意。

2012畢業生 陳穎彤

# 嘉諾撒聖心書院家長教師會(第十五屆)

## 經常收入/支出表

二零一一年九月一日至二零一二年七月三十一日

(未經會計師審核)

		收入: 港幣	支出: 港幣	淨收入/(支出) 港幣
	家教會年費	125,700.00	0	125,700.00
	儲物櫃租金	76,510.00	0	76,510.00
	銀行利息收入	0.00	0	0.00
	教育局家校合作計劃資助經費	4,418.00	0	4,418.00
	逾期還書罰款收入	114.00	0	114.00
	其他收入	30.00	0	30.00
出版組:	會訊印刷費	0.00	5,200.00	(5,200.00)
培育組:	圖書館書籍	0.00	3,274.70	(3,274.70)
	講座	3,500.00	6,500.00	(3,000.00)
	工作坊 - 「情迷上網講座」	570.00	1,200.00	(630.00)
	午間茶敘	1,510.00	1,773.40	(263.40)
文康組:	親子歷奇日營	10,320.00	10,330.00	(10.00)
	燒烤樂晚會	23,760.00	20,205.30	3,554.70
	Fun Fair	0.00	1,491.60	(1,491.60)
	週年旅行	13,090.00	16,192.60	(3,102.60)
	親子義工服務	3,160.00	2,194.30	965.70
	賀年糕點製作班	3,200.00	3,758.40	(558.40)
行政:	畢業典禮(花籃/廣告)	0.00	500.00	(500.00)
	固網電話費(學生專線)	0.00	1,707.00	(1,707.00)
	會員大會/工作坊/會議茶點招待	0.00	4,500.00	(4,500.00)
	文儀雜費	0.00	777.50	(777.50)
	學生飲水機濾芯+座地飲水機	0.00	23,524.00	(23,524.00)
	致送紀念品	0.00	1,107.00	(1,107.00)
	SMS(短訊通告)	0.00	4,000.00	(4,000.00)
	儲物櫃	0.00	19,920.00	(19,920.00)
贊助:	學生活動資助/贊助	0.00	26,700.00	(26,700.00)
	家長日教職員午膳飯盒	0.00	3,269.00	(3,269.00)
	學生獎學金	0.00	23,800.00	(23,800.00)
總收入/總支出:		265,882.00	181,924.80	
本期間經常性 項目淨收入:				83,957.20
本期間財盈				83,957.20

## 資產負債表

截至二零一二年七月三十一日

(未經會計師審核)

		港幣	港幣
流動資產:	匯豐銀行往來帳	956,194.06	
	電費按金	51,000.00	
		1,007,194.06	
流動負債:	應付帳款(CGYC2011)	(20,000.00)	
		(20,000.00)	
流動資產淨值:			987,194.06
資產淨值:			987,194.06
財盈滾存			
承上年度經常收入/支出之財盈滾存		226,976.86	
2011年9月1日至2012年7月31日期間財盈		83,957.20	
轉下年度經常收入/支出之財盈滾存			310,934.06
冷氣系統維修基金			
承上年度基金餘額		304,410.00	
由冷氣機及儲物櫃按金帳戶撥入		371,850.00	
轉下年度基金餘額			676,260.00
			987,194.06

## 下學年活動預告 歡迎各家長參加

親子活動 歷奇天	14.10.2012
午間茶敘	17.11.2012
燒烤晚會	1.12.2012
家長親子 義工日	8.12.2012
賀年食品之 家長廚藝分享	5.1.2013
Fun Fair Day	2.2.2013
專題講座	2.3.2013
週年旅行	16.3.2013
午間茶敘、 周年大會及 幹事選舉	11.5.2013

(日期只供參考,必以所發出的通告為準)



家長教師會出版組  
誠邀閣下就會訊投稿,  
內容可環繞以下各項:

- 與子女相處之道
- 生活點滴
- 參與活動、講座或工作坊後的感想

有興趣者請電郵予  
"家長教師會出版組幹事  
-鄭麗香女士"  
pta@shcc.edu.hk

編委: 鄭麗香女士  
梁凱欣老師