



真光女書院

家長教師會會訊

二零零三年七月
第六期

校址：九龍油麻地窩打老道五十四號A 電話：2385-1491 傳真：2782-5300 網址：<http://www.tlgc.edu.hk> 電郵：tlgc100@mail1.ed.gov.hk

《家教會成立 4 周年

回顧與前瞻》



岑建榮先生

父母 培育子女，除了照顧他們的衣、食、住、行外，更重要的是要使他們成為一個學識豐富，道德修養良好，有責任感及具上進心的人；希望他們將來能為社會、國家作出貢獻。現今的社會，父母除了管教子女外，更著重他們的智能及道德方面的發展。教署提倡「親子」，希望家長加強與子女的溝通及多認識尊重對方、樂於與子女分享人生經驗的重要，使子女感受到父母對他們的關懷、信任，建立他們的自信心。但目前的社會環境，大部分家長終日為口奔馳，缺乏空餘時間關懷子女，也缺乏溝通的空間，以致家庭產生不必要的爭執和矛盾，令子女的學習環境受到影響。而家長教師會的成立，目的就是要擔負起家長、教師與學校之間溝通橋樑的責任。家長、學校藉著此渠道可以互動地傳遞訊息和表達意見，互補不足，從而達到改善教學素質的目標。家教會也可以收集家長的意見，繼而向學校反映有關提議。這不但可以節省教師會見家長的時間，也可以讓教師騰出更多時間，去關心學生及處理學習方面的問題；而學校方面也可透過家教會，把學校的教學方針、目標及政策向家長傳遞，加強與家長溝通。

家教會 創立的目的是希望能直接或間接扮演一個提供支援的角色，使家長、教師、學校在溝通的過程中，或在商討問題時取得平衡，讓各方面都能有效地提供更富有建設性的意見，捨短取長，互補不足。

本會多年來得到熱心的家長和老師的支持，舉辦了不同類型的專題講座、親子工作坊和接觸大自然等活動。至於提升英語水平方面，本會為中一學生舉辦升中英語銜接班。另外，本會也舉辦了學科輔導班、舊書買賣、慈善攤位等活動。為了推廣科技教學，本會於去年捐贈了一部投影器材給學校以作為學習的輔助教材。此外，本會每年也會贊助畢業班同學印製畢業刊物及頒發獎學金予成績優良的學生；資訊方面，家教會會訊報道學校的資訊及校園活動，藉此加強會員之間的溝通；而會員同時也可利用學校的網頁，了解學校的最新動態及獲知本會的資料和通告。家教會自成立以來，一直都擔負起作為家長與學校溝通橋樑的責任。

身處資訊科技高速發展的時代，家長除了學會與子女互相溝通協調，也應要自我提升、勇於承擔，培養責任感，主動探索和學習處世之道。此外，家長更應與學校建立良好夥伴關係，支持學校實踐提高學習效能的措施，多參與學校舉辦的活動，就各種預期的轉變和政策提供寶貴的意見與回饋。家長的支持、鼓勵、參與都能產生積極的作用，充分體現了家庭與學校合作的精神。只要家長與學校合作，我們的子女才可以在良好的環境下身心健康地發展，成為社會上有用的人。在未來的日子，本會將繼續發揮家校合作精神，多舉辦講座及教育工作坊；也會舉辦有關電腦資訊的講座，以增加家長於電腦網絡方面的知識。另方面，多與其他家教會交流，參與他們所舉辦的活動，分享他們的成果等都會是家長、教師與校方的共同期盼，也將是本校家教會未來發展的方向。



家長教師會歷年



(1999年10月至)

日期	家長教師會主辦的其他活動	參與學校活動	學術	康樂
1999年10月	家長教師會成立典禮			
1999年11月		步行籌款		
1999年12月	參觀飯盒供應商「陽光一代」食品工場			燒烤晚會
2000年1月		陸運會親子競技		
2000年1月			講座「家長如何提升子女的自尊與自信」	
2000年3月			出版《會訊》創刊號	
2000年4月		「五餅二魚」攤位遊戲		宿營「西貢戶外康樂營」
2000年4月				
2000年6月				
2000年7月	舊書買賣			
2000年9月			出版《會訊》第二期	
2000年10月	第一屆周年大會暨第二屆委員選舉		講座「子女情緒與家庭關係」	
				
2001年1月	舊書買賣	陸運會親子競技		
2001年2月				
2001年3月			講座「子女精神健康面面觀」	「新春行大運」旅行活動
2001年4月		港穗真光學生交流團		
2001年4月		攤位遊戲日		
2001年5月		真光女書院校慶及中一開社典禮		
2001年7月			出版《會訊》第三期	
2001年10月	第二屆周年大會暨第三屆委員選舉		講座「明明白白少女心」	
2001年11月	「親子齊編織·暖流長者心」親子編織班	陸運會親子競技		
2001年11月				



來所舉辦的活動

(2003年8月)

日期	家長教師會主辦的其他活動	參與學校活動	學術	康樂
2002年1月	探訪真光苑，贈送圍巾給長者。			黃昏「親子燒烤餐」
2002年1月				
2002年2月		真光創校 130 周年「步行籌款」		「新春行大蓮」旅行活動
2002年3月		真光創校 130 周年「真光聯校進修日」活動		
2002年3月		慈善攤位遊戲日		
2002年3月		真光創校 130 周年「歸寧母校尋根團」旅行		
2002年4月				
2002年4月		真光女書院校慶及中一開社典禮		西貢親子宿營
2002年5月		真光創校 130 周年校慶感恩會及感恩聚餐		
2002年6月			出版《會訊》第四期	
2002年7月	舊書買賣			
2002年8月	升中英語銜接課程		講座「做個高效能的父母」	
2002年10月	第三屆周年大會暨第四屆委員選舉		「親子同心共創健康新天地」工作坊	
2002年10月	敬師日			
2003年1月		派代表出席 30 周年校慶步行籌款		
2003年1月		校運會親子競技	出版《會訊》第五期	
2003年2月			「如何提升子女的情緒智商」工作坊	
2003年3月			「如何協助子女提高道德發展」工作坊	
2003年5月				
2003年5月				
2003年5月				
2003年5月			「如何協助子女建立自我形象」工作坊	
2003年6月			「如何協助子女面對逆境」工作坊	
2003年7月	舊書買賣	30 周年校慶感恩崇拜及中一開社典禮	出版《會訊》第六期	
2003年7月		30 周年校慶聚餐		
2003年8月		舉辦中一新生英語銜接課程 (暫定)		
2003年8月		出高中一迎新家長會介紹本會 (暫定)		

訪問

篇

慶祝家教會成立4周年

家長教育講座系列

拉近距離、擴闊視野

「訪問凌錦添老師和吳秀敏老師漫記」

訪問及文字：明報校園記者 (D胡妙儀、SH廖子姬)

三月十一日，那是陽光普照的午後，我們邀請了凌錦添老師和吳秀敏老師接受訪問，一個關於他們分別負責策劃的親子講座的訪問。從學期初到現在，哪管是如何協助子女提高情緒智商或道德發展，還是協助子女建立自我形象、面對逆境，甚至是護膚保健的講座，在學生眼中似乎是理所當然的一切，背後的意義、背後的苦與樂，也許就只有這兩位老師最清楚了。

甫坐下來，我們急不及待地問問老師們的感受。「在統籌各講座的過程中，遇到了什麼困難嗎？」他們彷彿苦盡甘來、笑盈盈地回答：「最大的困難就是人手不足！」凌老師續說：「對呀！家長教師會顧名思義就是由家長和教師負責的，而在兩者當中，老師的責任和行動比較大，這是由於家長們都有自己的工作，許多時間都未能提供即時協助。當然，能力範圍內的，他們都很盡力，而且家長教師會的性質不同於其他學會，學會的工作大都落在同學身上，由他們主力負責，那是順理成章的事，老師主要扮演顧問的角色；但家長教師會則由老師主導，請學生幫我們辦事，便是「人情」了。」

家長有家長的工作，老師也有老師的工作，但除此之外，他們還多做了一些。除了困難之外，有甚麼得著嗎？吳老師想了想，概括了一些經驗：「就是學懂了如何去統籌，有條理和細心都是主要的條件。」「另一方面，在過程中，合作中各人都會有不同意見，我們要學習去交流意

見，以免流於主觀。」凌老師說。提到合作，吳老師更謝謝校務處的同事的協助，她說，學習處理人際關係也是得著之一。

雖然眼見身邊參與講座的同學不多，可是在老師看來，家長的反應已經很理想了，畢竟是付出後的成果。「就剛過去的講座而言，反應算是意料之外地好的了，共有二十三對母女參加，某程度上算是跟預期所想的差不多。」吳老師說。當問到這類型的親子講座是否能促進家長與女兒的關係時，凌老師認為參加人數不少，可見家長們十分熱心，講座也達到其實際效用。事實上老師也很熱心籌劃類似的活動呢。

天空染上了橘色。有些學生十分抗拒家長與學校間接觸，而且不鼓勵家長參與學校所舉辦的活動，就此我們問了兩位老師的看法。凌老師回答說：「我想這是年輕人常有的心態，大概是怕被洞悉底蘊吧。他們尤其在意老師對自己的看法。」他又邀了我們表達一些意見，對啊，我們倒該問問自己。那麼，又有甚麼解決問題的方法嗎？吳老師表示，親子的活動是必須吧，但是現時這類溝通所涉及的層面和人數都不多，都處於初期的階段，比較被動。「不過隨著家長的教育水平逐漸提高，擴闊視野，我相信這些親子活動都能逐漸拉近父母和子女間的距離。」凌老師補充。

那麼作為老師的，是否認為學生與家長之間缺乏溝通？凌老師認為許多子女日漸長大，跟父母的關係便愈來愈差。他說，溝通的障礙大概是因為長大了，性格便漸漸獨立，有自己的一套，又認為父母的思想未必正確。吳老師也認同地道：「是啊，價值觀不同，自然便出現代溝。」

訪問在一片歡樂聲中完結。跟兩位博學的老師談天，實在是很不錯的經驗，不知不覺，日便落了。



吳秀敏老師(左)、凌錦添老師(右)



感受篇



尹柳歡女士 (5A 李家琪家長)

在美術室裡，家長和同學都興高采烈地期待工作坊快點開始。

美容師就以她柔順的聲線，深入淺出解釋潔膚和護膚的程序。當她帶領家長和學生一起做美容的基本過程時，期間母女之間的互相合作，盡顯溫馨之情，使我體會到親子的重要。

黃寶美女士 (3D 譚正翎家長)

「美容」似乎與學習格格不入，因為在一般人心目中，坐在書桌前才算是「學習」。學生理所當然足學習者，而家長就順理成章是孩子們學習的輔導員。但這種見解往往忽略了兒童的成長，除了汲取文化知識外，生理、心理、生活各方面的支持、關心和理解也同樣重要。這次參加了家長教師會所舉辦的「如何是正確的護膚之道及健康美容法」，讓我明白到與孩子溝通是學習，健康和美容也是另一種學習。在講座中，美容師不僅教我們「扮靚」，也令我和女兒多了一個共同的話題，這教會我們舒緩壓力，用深呼吸的方法去減低激動的情緒，從而減少衝突，使我們的家庭生活更融洽和健康。家教會的講座，增加了家與校的溝通渠道，更促進家校合作，提升學生學習效果。我期待更多類似的活動！



姚思思 (4D)

參加了這次由家長教師會舉辦的護膚與美容講座後，真令我獲益不少。我不但學會怎樣分辨皮膚屬性，還學會了洗臉的正確程序。美容師還提供了很多由她積累而來的「小貼士」，我們真是非常幸運。講座過程中還有搶答遊戲，而且豐富獎品，真令人樂在其中。希望家長教師會能多舉辦這類型的活動，讓我們在課餘時能輕鬆一下。

岑芷妍 (4D)

這次美容講座真是非常實用，它增加了我不少護膚方面的知識。這次講座的講員王女士是一位專業美容師。她講解詳盡，還教了我們一些特別而正確的護膚方法。當我們問她有關護膚的問題時，她很有耐心地給我們解釋。我們更有機會試用一些護膚產品呢！在這次美容講座中，每位家長和學生都很投入，我也獲益良多呢！

段國祥先生 (1C 段思敏家長)

自從參加了學校所舉辦的「如何提升子女的情緒智商」講座後，令我獲益良多，使明白到溝通的重要，認識到教導子女不能只顧責罵。身為家長的，首先要做好自己，因為這樣才能令女兒成為一個樂於學習、善於溝通、勇於承擔、敢於創新的中學生。

梁志屏女士 (4D 姚思思家長)

參加今次講座後，使我深深體會到父母與子女的溝通是很重要的。每個人都有情緒，但如何正確處理也是一門學問，能理性地控制情緒，也是一種修養。如何提高子女的情緒智商，都聽不聞言傳身教。俗語有云：「上樑不正下樑歪」，父母就是子女的榜樣，父母與子女之間若能視為朋友、暢所欲言、多些午間小聚，便可拉近距離。

通過今次講座，也使自己學會如何處理情緒。發現子女有情緒時，作為家長，首先要考慮的是子女的心境和他們的感受。父母應想清楚如何安撫、鼓勵及盡能力去幫助他們解決困難。而父母自己有情緒時，就要懂得三思、深呼吸，否則就無法與子女溝通。

現今社會上有很多問題少年，就是由於缺乏家庭溫暖，缺少與父母溝通而離家出走。再加上讀書壓力大，青少年就很容易鑽牛角尖、無心向學，令他們產生輕生的念頭。

「天下父母心」，有哪個父母不希望自己的子女成龍成鳳？作為父母的，把他們帶到這個世界，就有責任把他們培養成有用的人，希望他們將來對社會有貢獻。所以，我覺得這次講座教育意義重大，它既可以提升父母與子女的情緒智商，又可以提高個人修養，達到「拉近距離，擴展視野」的目的。



支持

篇

家長教師會為了表示對學校推廣科技教學的支持，第三屆委員特地以本會名義捐贈了一部投影機給學校。投影機於2002年9月購買，型號為"Hitachi"CP-X380，器材連安裝費共\$19,500.00，已安裝於504室，以輔助教學之用。

2003年1月25日家教會第三次會議中，家長委員發起，提議家教會委員即時籌款，以贊助校慶籌款活動，聊表對校方支持的心意。各家長委員即時熱烈捐款，籌獲款項合共\$1,360元正。

為了表示對學校創校三十周年慶祝活動的支持，家教會已於2003年3月1日第四次會議一致通過贊助\$3000作為學校三十周年校慶聚餐之獎品及紀念品之用。

真光女書院 家長教師會

2002-2003年度

中期財政報告

01/09/02 至 31/03/03

財政 報告

收入：	HKS	HKS
1. 教育署撥款 - 經常費用	3,876.00	
2. 會費 (2002-2003年度)	44,850.00	
3. 午餐飯盒	469,221.00	
4. 功課輔導班	9,200.00	
5. 講座 - 做個高效能父母 (教育署資助)	3,000.00	
6. 講座 - 「親子同心共創健康新天地」工作坊 (教育署資助)	3,000.00	
7. 定期利息	34.31	
		533,181.31

支出：		
1. 午餐飯盒	469,221.00	
2. 功課輔導班	9,200.00	
3. 教師日紀念品	1,520.00	
4. 講座 - 做個高效能父母 (教育署資助)	4,204.60	
5. 講座 - 「親子同心共創健康新天地」工作坊 (教育署資助)	3,832.80	
6. 講座 - 家長教育工作坊 - 「拉近距離、擴闊視野」	7,000.00	
7. 津貼真光女書院購買LCD投影機一部	19,500.00	
8. 會訊	2,500.00	
9. 雜項	578.70	517,557.10
結餘：		15,624.21

在二零零三年四月三十日之銀行結存：	HKS
1. 往來戶口 #193-279536-001	53,707.00
2. 定期戶口 #193-279536-0001	52,408.19

顧問：杜耀君校長 岑建榮先生

編輯委員：李劍梅女士 陳紹清先生 岑潔儀女士 陳碧霞老師

截稿日期：2003年5月31日