



龍的天空



2017年2月
九龍工業學校輔導組專訊

學生輔導組在學期中舉辦了各項活動讓同學互相認識、建立自信和發揮潛能。在九月廿九日，一眾師兄師姐帶領中一師弟师妹登上賽馬會歡號參加了「乘風航」活動，令所有參加者回味無窮。當天透過各項歷奇活動和跳海行動，讓伙伴彼此接受挑戰，一起解難，大家建立友誼。此外，在十一月首次舉辦的感恩週，反應熱烈，活動包括晨曦雋語之感恩故事分享、感恩卡製作、感恩電影欣賞－「如果可以」、感恩相片拍攝、感恩盆栽種植、熱愛生命相展、小小嘉年華及 Circle Painting 等等。舉辦感恩週的目的是希望同學可以多關心身邊的事和人，珍惜自己擁有的東西。「龍的天空」這刊物令大家回憶生活的點滴。我們希望各位九龍工業學校的同學都可以像龍一樣在無邊無際的天空中自由自在地飛翔，尋找自己的未來，尋找生命的曙光。



輔導組成員大合照－由左至右

余健峰老師，黃兆德老師，蘇恆達社工，葉文康老師，楊麗萍副校長，黃國輝校長，鄧子筠老師，朱嘉玲老師，黃志明老師，張媽琪老師，張明慧老師，尹嫻瓊老師，葉偉強老師

各級輔導組講座及工作坊：



中一講座－學生投入



中二講座－兩性關係



中六講座－人生另一章・家

早會講座／工作坊

講座	欣賞生命－愛・挑戰	生命熱線	中一
班本小組	性教育	衛生署	中四
講座	壓力管理	浸信會愛群	中五
講座	戀愛大作戰	明愛「愛與誠」	中二
工作坊	戀愛？亂愛？（初階版）	母親的抉擇	中三
講座	人生另一章・家	明愛「愛與誠」	中六
工作坊	聯校模擬放榜日	與升學及就業輔導組合辦	中六
講座	從旅遊看人生	講者：網上電台主持人成威	高中



聯校中六模擬放榜日



聯校中六模擬放榜日大合照



高中講座－
從旅遊看人生



中一講座－
講者來自生命熱線



聯校模擬放榜日



聯校中六模擬放榜－
大家齊面試

輔導組新成員

＊歡迎尹熾琮老師和余健峰老師成為輔導組一員＊

大家好！我是任教英文科的尹熾琮老師，很高興今年可以加入輔導組這個大家庭。

我在輔導組參與的第一個大型活動便是開學初期的乘風航，這個活動令我感受很深。當天同學需要接受船上不同種類的體能挑戰，大部分同學也能夠順利通過挑戰，但其中幾位同學十分害怕跳水的環節。他們有些怕水、有些怕高、有些不懂游泳，但是經過導師的指示，社工的開解，加上老師的鼓勵和其他同學的支持，他們最後都能夠跨越自己的心理關口，向前踏出一步，勇敢地跳下去海。

我欣賞同學敢於面對挑戰，願意接受導師的建議，終於能克服自己。看到同學由害怕到接受，最後甚至喜歡上這個活動。我相信他們的自信心加強了不少，在往後的日子也能夠接受不同的挑戰。希望同學們能緊記 Never give up! You can do it!



尹熾琮老師



大家好，我是余健峰老師，好開心能加入九龍工業學校這個大家庭，更興奮能成為學生輔導組新成員。經過幾個月相處後，我深深感受到大家庭的支援，同學的純樸自律，同事的樂於助人，大家都積極投入校園生活。

參加學生輔導的工作，讓我從不同角度認識到同學仔的潛能。從晨曦雋語、中一午間活動、不同類型的訓練營、乘風航計劃及感恩周等多個恆常或大型的學生為本活動可見，輔導組為同學搭建了多樣性的平台，令不同能力的同學通過活動盡展所長，強化各項能力之餘，同學肯定自我，提升自信。

由於我對行山比較有興趣，因此很欣賞「九工」的同學們樂於接受戶外活動挑戰，不怕艱苦、突破自己。「九工仔」加油！

余健峰老師

＊老師寄語＊

在「九工」執教三年，對這裏的人和事早已習慣。日常大部分的時間，自覺都是匆匆忙忙的，沒有很多時間好好享受與同學及同事的美好時光。難得子筠老師鼓勵我在離職前寫點東西，讓我可趁機整理一下思緒。為我的人生中一個驛站作個小結，也趁機談談自己對「九工」的感受。

「九工」的同學是很可愛的。中一的同學傻乎乎的滿臉稚氣，而中六的同學雖然個子昂揚卻仍是個大細路。我最愛同學的直率和真性情，是最單純而沒有機心的。我對每一位曾經教過的同學，都有一些想法，心裏總不免常常猜想大家長大了會怎樣怎樣。課堂前後，我愛和同學開玩笑，有時會嚇唬大家，卻只為了鼓勵同學要再努力一點。每當我想起同學瞪大眼睛被我嚇壞的樣子，真會「啣」一聲笑了出來。在此我要感激同學對我的回饋，不論是以學業進步來嘉許老師，還是一句半句的感謝，抑或是小小的心意咭和小禮物，都是我作為老師最值得懷念的。

無疑，在「九工」的日子是工作生涯中最開心的，與「九工」的教職員共事又是另一件樂事。感謝上帝，我在「九工」遇見的同事都是真摯待人，令人窩心的好老師。潘太，子筠，Nikki，Flora，Ms Louie，Ms Sunshine（陽陽老師），大家互助互愛，還有班主任拍擋葉Sir和羅Sir，英文科的同事和勞心勞力的甘姐。我曾跟朋友戲言，說自己上班的地方就是天堂。謝謝我的天使們！能成為這裏的一分子，我真是感到自己十分幸運，希望各位同學也能感受到啦！

在此，祝願同學能珍惜在「九工」的每一天。梓瑩怡恩詠芝玉珠志傑星星恩霖，凱瞳銀怡榮達泉光永聰倩瑜偉文，天佑梓晨祖富文傑星迪健莊景豪，還有其他有緣給我遇上的同學，你們的成長和進步，是老師最大的安慰。我會繼續為你們打氣的。同學們，加油！

最後，祝福「九工」每位同學和教職員，能承載著我滿滿的祝福，享受每天的生活。再見！

張明慧老師



區本計劃

輔導組活動剪影

區本計劃為資源相對缺乏的學生提供支援和機會，擴闊他們在課堂以外的學習經驗，透過成長訓練營、舉辦技能訓練和義工服務，提升自信心和促進人際關係建立，並增強對社會的認識和歸屬感，以達致全人均衡發展。



訓練營的花絮

Baking for a course

此活動由意大利廚師 Ermanno Lelli 烹製餡餅並送往學校、老人院、孤兒院、醫院等地方作慈善用途。在十月二十五日，Ermanno 的團隊為輔導學長送上餡餅，與同學分享及鼓勵同學積極面對人生。



健康大使

配合本年度學校主題「健康生活」及健康校園，小童群益會及輔導組將舉辦「健康大使」計劃，以一連串的訓練及活動，提升同學的自信心、合作精神及提升領導才能，以期在校內營造正面積極的氣氛，讓同學健康愉快成長。

校園健康大使計劃	日期
迎新日	19/10/2016 (三)
營前會	9/11/2016 (三)
聯校健康大使訓練營	12-13/11/2016 (六、日)
校本服務培訓 1	30/11/2016 (三)
校本服務培訓 2	14/12/2016 (三)
校內服務日 (健康攤位活動)	20/12/2016 (三)
團隊合作訓練	15/2/2017 (三)
社區服務培訓 1	8/3/2017 (三)
社區服務培訓 2	22/3/2017 (三)
社區服務日	26/4/2017 (三)
校內服務日 2	10/5/2017 (三)



健康校內服務日 (水果日、感謝祭)



健康大使到訪救主學校進行攤位遊戲



* 學生感想 *

作為健康大使，我好開心可以幫到其他同學。在健康校園感恩祭當中，我負責購買材料，做夾餅，帶給同學歡樂。
3D 李景仁

我作為健康大使，在健康校園感謝祭中提供夾餅和水果給忙碌而無時間外外出食飯的同學，令他們生活更加健康。
3E 陳樂遙

作為健康大使，能為同學服務，為學校服務，我覺得很驕傲。

4A 莊豐僑

中一級午間活動

為協助中一學生適應中學的生活，輔導組分別在9月30日和10月25日舉辦了中一級午間活動，幫助同學認識更多新朋友和盡快適應中學的校園生活。



師兄師姊與師弟師妹下棋和進行班際活動



輔導組中一迎新活動 2016/17

每年暑假期間，輔導組都會為中一新生籌備

【中一銜接課程】，並在全學年定期舉辦【午間活動】，協助新同學適應新的校園生活和學習環境，認識新朋友、增強自信心、發揮個人潛能和建立團隊合作精神。

中一銜接課程內容包括：

開幕禮、班主任課、英語活動、數學和科學課程、課外活動和制服團隊介紹、與老師面談、校園定向、班際競技比賽及嘉許禮等。

午間活動內容包括：

輔導組會定期在午膳時間舉行小組活動、班本活動和班際競技比賽，以增強各班的凝聚力。



開幕禮



與老師面談



班主任課



輔導組中一迎新活動



英語活動

校園定向



班際競技比賽

數學課程

* 學生感想 *

感謝老師學長
參加了有趣的
活動。

開心識到
老師和同學。

高興！
多謝老師學長
照顧6天。

超級有趣。
VERY GOOD!

開心！
好玩！

2016/17



科學課程



午間活動

可以和同學促進友誼關係。

覺得很開心，活動令我學會團體合作。

認識更多新朋友覺得好開心！

能深入了解學校。

十分興奮！

乘風航

輔導組舉辦的乘風航活動、可助學生了解自己的強項和弱點，並增強他們的自信心和解難能力。



活動合照

同學的感想

這次是我第一次去乘風航，第一次去乘風航的感覺是很刺激和開心。我最開心的事情就是跳海，第一次跳的時候有點害怕，但是跳下去之後覺得一點都不恐怖，而且覺得很好玩。第三次是最好玩的從船上的最頂跳下去，雖然很多同學都哭了，但我沒有，反而覺得更好玩。這次乘風航我很開心。

1C 余緯健

我參加了乘風航這個活動，我覺得這個活動值得參加，因為很好玩，特別是棄船跳海的時候，我在三層高的地方跳下去，起初看下去我是很害怕，但到我跳的時候，那種感覺很刺激，所以我覺得很值得參與和好玩。

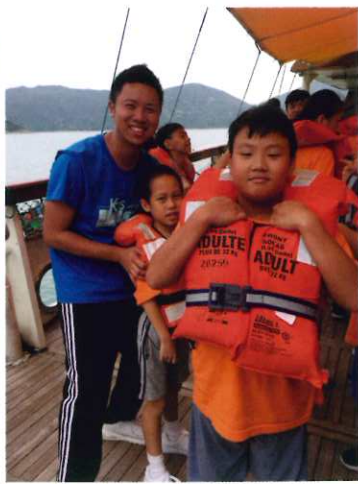
1A 余緯楠

我很開心可以參加乘風航，因為這一次活動讓我學會了很多東西，例如應對隊友信任和要有勇氣地面對自己害怕的事情，如果下次還有類似的活動，我一定會再參加。

2D 梁倩瑜

我認為我可以跳下海是因為朋友和教練的鼓勵，當然也有自己的勇氣。

1B 陳子鋒



船倉參觀、試穿救生衣



師兄的感想

在乘風航的過程中，我一開始非常害怕跳海。我在下午一共玩了三個遊戲，第一個遊戲因為沒有危險所以我完全不害怕。但在第二個遊戲卡需要跳水，遊戲開始的時候，我十分畏懼，但當我看見幾位中一的同學跳海後，我鼓起勇氣跳海。跳完後，我發覺跳海並不是這麼的可怕，反而十分刺激。這次經歷令我發現中一的同學雖然年紀小，但其實都有不少東西是我們需要向他們學習的。

5D 胡嘉維

在今次的乘風航活動，我感到很開心，增加了我面對困難的膽量和勇氣。開心的是可以玩不同的遊戲，得到師弟妹的信任令到在玩遊戲的時候變得流暢，沒有發生意外，成功及快速地完成每一個遊戲。其次在活動的最後一環，跳海的活動最令我印象深刻，距離海面有兩三層樓的高度，望下去的時候，真的不想跳。但自己身為師兄就覺得應該做個好榜樣，所以最後都是跳了下去。這次活動令我覺得十分難忘，在中學生涯留下一份美好的回憶，希望再有機會參與。

5C 李偉健



感恩從心出發

感恩週

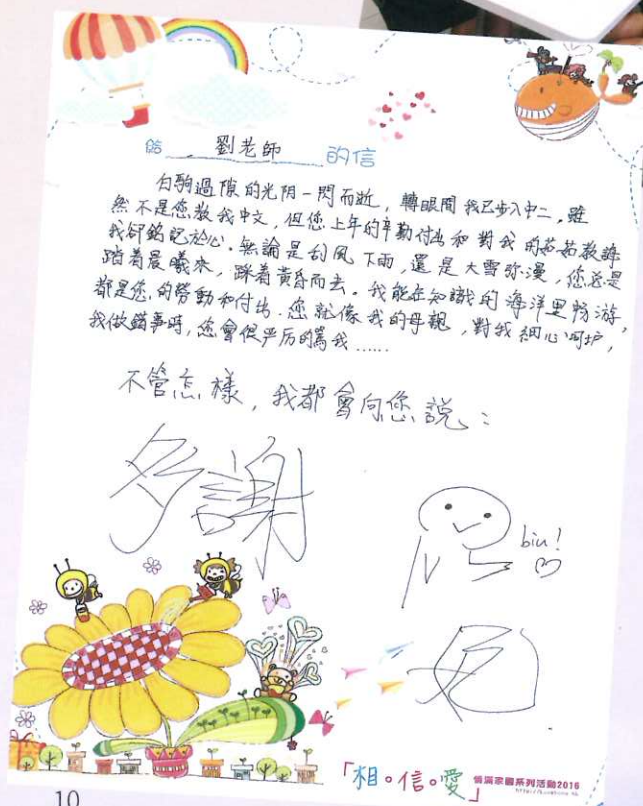
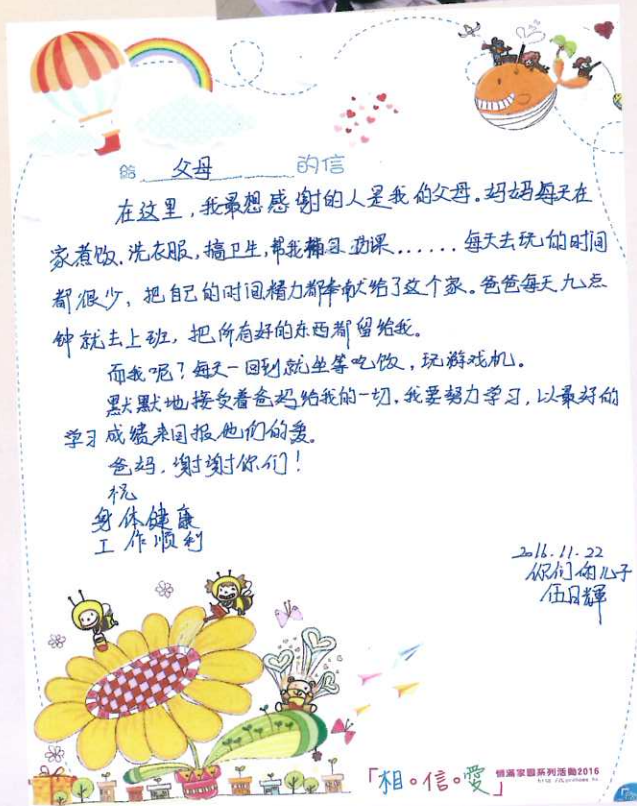
	21/11(一)	22/11(二)	23/11(三)	24/11(四)	25/11(五)
早上	晨曦雋語： 感恩故事分享	感恩故事	宣傳 ~ 感恩大使	感恩故事	Circle Painting 宣傳
午間	感恩卡製作	感恩訊息： 寫寫心意卡	感恩相片 拍攝日	1. 熱愛生命相展 2. 感恩卡製作	1. 熱愛生命相展 2. 感恩點唱站
放學	感恩電影欣賞 - 「如果可以」	感恩電影欣賞 - 「如果可以」	感恩盆栽種植	1. 感恩從心出發： 小小嘉年華 2. 朋輩生命大使 工作坊	Circle Painting



寫寫心意卡



心意卡製作





感恩盆栽種植



感恩相片拍攝日



小小嘉年華



熱愛生命相展



Circle Printing



親子篇



用同理心跟孩子溝通

一晃眼我已是兩孩之母。雖然大小二寶每一天都很難搞，我這個當媽媽的，每一天都很難熬，但回頭一看，還是覺得他們倆長得太快了！

我懷孕的時候也曾經想過，我要成為一位怎樣的母親，我要當一個虎媽嗎？在兒子出生後，我丈夫給了我完全不同的體驗和感受。他每天都毫不害羞地對兒子表達心中的愛，毫不吝嗇地誇讚他，所以兒子很喜歡跟爸爸相處，他知道無論面對什麼挫折，當爸爸的一定會支持他，幫他打氣加油！我丈夫讓我知道，我們要用同理心對待孩子。

孩子們的視野跟我們成人不同。如果我們常常以自己的角度來看他們的世界，是不公平的。孩子們在成長過程中，還要慢慢適應這個社會，摸索適合自己的路。遇到孩子發脾氣的情況，我會提醒自己，先冷靜下來，深呼吸，搞清楚事情的來龍去脈，嘗試在他們的角度去想。

我是一位媽媽，也是一位老師。

我必須要時刻提醒自己，在這兩個崗位上，我都要以同理心對待孩子，要尊重他們的做法與想法。

朱嘉玲老師

新手爸爸

“感恩”這兩個字不難寫，但原來要了解它的真正含義卻不容易。自己的寶寶剛剛九個月大，就由我來分享一些感受吧！

從寶寶誕生的那一天開始，自己的生活就改寫了，所有事情都圍繞著寶寶打轉，話題也離不開換尿布、洗奶瓶和餵奶。相信每一位新手爸媽都需要很多時間去適應，自己開始不自覺地傾注了對寶寶的愛與祝福，為他撐起了一片愛的天空。

照顧剛出世的寶寶，其實遠遠超過自己想像的困難。寶寶平均每三至四小時就需要喝奶，然後你要哄他睡覺、還要換尿布等等工作，自己晚上睡眠的時間其實不多，日間還要面對著工作，聽起來也很累吧！你知道爸爸媽媽平日會想著什麼呢？他們的心裡都偷偷掛念著自己心愛的小寶貝，擔心他吃得太少、擔心他的皮膚問題、擔心他會生病，生活全都被小寶貝佔據了！

同學們，你有多少時間去了解自己的父母？

你有否為工作勞累過後的父母遞上一杯熱茶？

你有否在父母失落時奉上一番慰問？

你是否幫助過父母打掃過？

父母往往為我們傾注了心血和精力，而我們又為他們做過什麼呢？哪怕是一件微不足道的事，只要你能讓父母感到欣慰，這就足夠了。



葉文康老師