



救世軍卜維廉中學

The Salvation Army

William Booth Secondary School

地址：九龍慈雲山毓華街100號 電話：2326 9068 網址：<http://www.wbss.edu.hk> 電郵：wbss@hkm.salvationarmy.org

家長教師會會訊 2020-2021

The Parent and Teacher Association Express

家長教師會主席的話

大家好，本人數年前已經加入救世軍卜維廉中學家長教師會，同時也加入了黃大仙區家長教師會聯會四年。為了成為一位稱職的幹事委員，我於2017年完成了家庭與學校合作事宜委員會舉辦的「家長教師會幹事培訓課程」，讓我加深了對家長與家校合作工作的認知。這幾年本人從總務、聯絡、司庫，到現在擔任主席一職，一路走到今天，承蒙各位的支持和信任。有幸能連任第25屆家長教師會主席，能繼續與各位兄弟姐妹攜手一起推動家校合作，促進家長與學校之間的緊密溝通，讓孩子們在卜維廉中學的校園裡快樂學習和成長。在此，本人向大家表達最真摯的謝意！

救世軍卜維廉中學家長教師會每年為家長、教師及學生，舉辦不同類型的活動，每個活動得以順利進行和圓滿成功，全賴充滿教育熱誠的洪校長、救世軍弟兄姊妹、老師們的配合，以及家長們的積極參與和鼎力支持！我謹代表家長教師會向各位致以衷心的感謝！

救世軍卜維廉中學是一間以多元化教學為宗旨的學校，對學生因材施教，亦對學生關懷備至。校方不斷鼓勵學生參加校內外不同類型的比賽，讓學生能豐富個人閱歷外，亦獲得不少獎項，更致力提升學生的英文水平，令入讀專上學院和大學的人數提升不少！

此外，學校面對危機的處理，更是快捷妥善。正如在社會運動和新冠病毒爆發期間，學校在短時間內處理好網上學習的新安排，為學生營造適切的網上學習環境，同時協助本會擬定一系列的親子活動。

雖然疫情尚未結束，但我們都不要鬆懈，做好防疫措施，更望疫情早日結束，讓大家都脫下口罩，繼續參與和支持本會在未來舉辦的不同活動。

最後，我在此祝大家身體健康，心想事成，工作順利，同學們學業進步！



家長教師會主席 張紅女士

新常態下的家校合作



屈指一算，疫情已對學校的影響足有一年。毫無疑問，「停課不停學」已成新常態。要做好在家學習，必須要教師、家長及學生三方共同努力，互相建立默契，才能產生協同效應。

在教學方面，我校為了配合時代的需要，早在社會事件發生前的一個學年，已進一步為全校教師提供除了手提電腦以外的電子配備平板電腦IPAD，以提升教師的電子教學效能。因而，在疫情初期，大部份教師已有相關的教學設備，能更有效地為學生製作適切的網上學習教材，同時能充份利用數碼資源，結合不同應用程式和學習平台，進行遙距教學，邁向學與教的新里程。到疫情變得更為嚴峻時，教師們已能全力支援學生，讓學生掌握在家學習的竅門，做到「停課不停學」。十分感謝老師們在疫情期間花上許

多時間及心力，構思如何進行有效的網課及課後的跟進工作，令大部份學生亦能在網課全然投入，師生間的互動甚至不比面授課堂遜色。教育局亦在十二月初為本校進行重點視學，視學人員對本校的網課情況表示非常滿意，更對教師的整體教學和學生的學習表現讚不絕口。

那麼家長們可以如何配合在家學習這「新常態」呢？我會說是「心意更新、平常心情和體諒態度」——家長要從心底裡接受「非回校上面授課堂」這一個改變的事實；以平常心面對因疫情而不時改變的各項防疫政策和安排；以體諒的態度包容子女在網上學習時的一些限制和未臻完善之處。只有保持這些心態，才能在疫情下與教師及子女建立特別重要的溝通和信任。更重要的是，面對疫情，任何人均承受著不同程度的壓力和產生負面情緒，而家長的負面情緒及行為，會直接影響子女的成長和學習。德國教育學家福祿貝爾曾說：「教育之道無他，唯愛與榜樣而已。」因此，我在此鼓勵家長們樹立積極正向的好榜樣，用「愛」讓子女感受到你對他/她的關懷。

最後，我在此感謝家長們在過去一直支持和盡力配合校方的各項安排，包括：不時留意學校網頁的資訊、檢視發放於家長手機的電子通告和與教師保持溝通及交流，令子女能在嚴峻的疫情下，仍然持續學習，不斷成長。

願疫情盡快過去，願我們終將撥開雲霧見青天！

洪楚英校長

家長心聲

許曉桐家長

「一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰。」時光飛逝，一眨眼的功夫就到了2021年啦！看著女兒一天一天的成長，由一個懵懂小孩變成一個亭亭玉立、個性十足的少女，甚是感慨。

我知道孩子們的進步跟學校老師們的教導有密切的關係。在學習方面，老師根據每個孩子不同的根基、個性和興趣愛好而因材施教，想盡千方百計為孩子們提供一個更舒適的學習環境。因為疫情，同學們大部分時間都只能在家上網課。所幸，在老師的敦促下，孩子們已能自覺完成課程，不至於因為不能面授課堂，而放飛自我、學習鬆懈！能看出老師上網課時，需要付出的時間和精力更多，真的十分感謝老師們的努力。

在生活方面，學校還安排老師親自上門派發抗疫物品給有需要的家庭，讓家長和孩子安心在家抗疫。開課之際，新的班主任會登門拜訪，親自了解學生的家庭狀況，看看是否有什麼可以幫上忙的。

老師們真誠的付出，家長們是有目共睹的，衷心感謝老師們為孩子所做的一切。同時祈願疫情早日消失，讓孩子們能早日正常回校上課。

最後送給孩子們幾句勉勵的話：

路就在您的面前。

只要您邁步，路就會在您的腳下延伸；

只要您揚帆，便會八面來風。

孩子們！

帶著老師的辛勤，家長的祝福，

自己的智慧，啓程學習吧！

黃俊傑和茵茵家長

大家好，我是黃俊傑和茵茵的家長，亦是家教會幹事委員會的成員之一。時間匆匆而過，一眨眼，兒子已經中三，女兒已經中二了。我認為2020年是非常難忘的一年，因為疫情的緣故，把大家的生活節奏都打亂了。在家學習讓家長們都體驗了一把當老師的滋味，也使我陪子女的時間變多了。雖然學生只能透過ZOOM上網課，但是子女在家中上網課時，我在旁邊也感受到卜中每一位老師很細心地教導每一位學生。我非常感謝卜中校長及各位老師及十分有愛心和盡責地教導每一位學生。值得一提是每年老師都會家訪學生，向家長分享子女在校園的生活，讓我很放心地將子女在這個充滿關愛的校園裏學習知識。

在此，我希望疫情快點結束，讓子女回歸美好的校園生活。祝大家身體健康！

林子悅家長

女兒今年升讀中二，過去一年受到疫情的影響，許多時間都需要在家網上授課，這種新的學習方式，對於老師和學生來說都是一種挑戰。回想起女兒能夠在卜中讀書，實在充滿感恩。兩年前透過教會牧師的分享，知道卜中是一間理想的學校。由救世軍創辦，以基督精神為辦學理念，更有一班充滿教學熱誠的老師。女兒有幸能在這個寧靜的校園環境學習更是她的福氣。

女兒從前性格比較沉默，喜歡獨處，現在改變了許多，喜歡說話，放學回家經常與我們分享校園生活，主動分享學校裏老師與同學上課時的趣事。女兒和我們關係更加緊密。記得女兒中一那年的聖誕節，我們一家人參加了學校舉行的聖誕節聯歡會，快樂的時光猶在腦海。女兒的校園生活亦多姿多采，入學那年，在老師的帶領下，女兒與同學一起走出校園，參與學校的關懷社區愛心行動。除此以外，女兒也按個人喜好參加學校的課外活動攝影班，認識了不少好同學，生活圈子擴闊了。女兒自升上中學後，紀律和自學的能力增強不少，課餘愛主動閱讀。看見女兒的進步，作為父母，甚感欣慰。

我很感恩女兒能夠在這種良好的讀書環境下學習，在學校老師悉心栽培下，茁壯成長。

鄧宇軒及芷晴家長

大家好！我是6B班鄧宇軒及2D班鄧芷晴家長，時間過得很快，轉眼間我兒子入學就讀救世軍卜維廉中學已進入第六個年頭了。回想2015年我兒子被派到救世軍卜維廉中學，當時的我十分擔心兒子能否適應新的學習環境，學業成績又能否跟得上。然而，當我們步入校門，深入了解學校後，那些疑慮逐漸打消了。時至今日，兒子已升讀中六了，在學業成績、個人品德及其他方面都向著正確的方向邁進。兒子更在校內、校外幸獲多項獎狀，令作為家長的我感到非常安慰。

數年來，很多家長都向我查詢為什麼將子女們都送到救世軍卜維廉中學就讀，其中有家長問我：「你的大女兒在小學成績那麼優越，可以到其他組別更高的學校就讀。為什麼要挑選卜中就讀呢？」

第一，我非常欣賞洪楚英校長、藍文漢副校長、楊劍虹副校長的領導能力，他們能帶領學校教職員團隊發揮專業教學精神，令學生們盡展所長。

第二，教師們十分有耐心及親切，懂得因材施教，為學生提供最適切的教導。

第三，學校著重學生的身心發展。校方提供不同種類的運動項目讓學生可以強身健體；同時亦建立了不少師生溝通的平台，令學生能及時得到師長的關顧。

我認為當初選擇將小女兒送到卜中就讀是正確的決定，全因卜中是一間真正關懷學生的學校。正所謂「十年樹木，百年樹人」，在此我非常感謝洪校長、藍副校長、楊副校長及全體老師對學生的付出。希望學校與家教會秉承多年來家校合作的傳統，繼續共創佳績。



駐校社工

廖慧璇姑娘

隨著新冠肺炎疫情持續反覆，學校停止面授課堂，令親子之間多了相處的時間，卻亦為家庭帶來了不少挑戰。社工作為輔導學生及家長的重要角色，其工作在疫情期間亦面對不少困難，今期《家長教師會會訊》邀請到駐校社工廖慧璇姑娘，為大家分享這段期間的經歷，同時亦會分享一些與子女的相處的抗「疫」小技巧。



學校社工認為疫情下的輔導工作帶來挑戰

記——記者

記：疫情對你的工作有多大影響？為你帶來了什麼挑戰？

廖：疫情初期及學校停課的那段時期，很多社工的工作無法在預期下順利開展，例如輔導工作、講座、小組及活動等，當時所有工作均難以面對面形式進行，只能以電話或社交媒體進行，不便與學生及家長溝通，同時亦有可能影響輔導工作的成效。疫情初期有不少家長求助無門，就算有問題也未必會致電回校查詢，因此社工會主動聯絡他們以了解其最新狀況，在適當時提供情緒支援及服務予他們。

記：以你所知，疫情對於親子關係有什麼影響？

廖：在疫情初期，子女還未需要進行網上授課，家長亦忙於搜羅防疫用品，而當時疫情及物資較為緊張，令家長和子女自己都自願留在家中，故親子之間的關係變化不大。



但到了開始進行網課，由於同學們早已習慣不用回校上課的日子，加上初次接觸網上授課，同學自律性不足，所以有家長反映子女經常通宵上網、打遊戲；有些家長由全職工作變成兼職工作，甚至暫時失業。父母和子女長時間留在家中，

廖——廖慧璇姑娘

造成一種「困獸鬥」的局面，容易導致與子女產生的磨擦漸多。然而也有家長表示因為疫情的關係而多了與子女相處的時間，反而令家長與子女的關係變得更加親密。所以，疫情對親子關係的影響是好是壞，取決於不同的因素，家長亦可思考如何在疫情之下，利用有限的地方及資源去創造更多親子相處和溝通的機會，令關係變得更融洽。

記：就你所見，疫情對學生來說有什麼影響？

廖：在疫情初期，學生多懂得體諒家庭的狀況，亦會因擔心家中的防疫用品不足而減少外出。但到了開始上網課時期，有學生表示受網絡及上網裝置的限制，無法正常地參與課堂，加上上課模式的轉變令他們較難跟上學習進度，使他們擔心學業成績受影響，甚至擔心會否留班。亦有學生知道疫情影響了家庭收入，開始擔心家庭的經濟問題。

記：部分同學或未能適應新常態下的在家學習模式，如無法專注網課等情況，家長可以如何支援子女？

廖：在防疫政策的限制及資源配套不足的情況下，很多青少年中心、補習班、興趣班等都暫停開放及提供服務，家長因此或未能即時尋找其他配套上的支援。現時坊間有不少非牟利機構及學習中心已設計了各類型的網上課程供子女或家長參加，家長可從中篩選適合子女的課程並為他們報名，讓他們能善用時間。

除了學生方面之外，家長自己亦需要留意自身的情緒或壓力狀況。若家長未能先整理好自己的狀態，便無法盡力幫助子女去解決他們的問題。



記：承上題，有調查指出，在疫情之下家長的壓力漸大。你有什麼建議給予家長減輕壓力？

廖：本來不少家長已需要兼顧工作和照顧家庭，而在疫情之下，兩方面的壓力均大大增加。子女在家中的時間多了，變相家長照顧子女的時間亦相應增加了，令家長缺乏了個人時間；部分家長同時擔心自己的工作是否穩妥，擔心因疫情的關係而失去工作。眾多的未知數及不安，加上沒有適當的宣洩渠道，令家長容易將情緒及壓力發洩在家庭中。

當家長發現自己出現以下情況：睡眠不佳、食慾不振、想法較為負面、情緒起伏比較大、無緣無故地哭，又或發現自己的行為與日常生活習慣不一致，而這些情況連續出現兩星期或以上，便是身體向家長發出的警號。一旦發現這些問題，家長必須尋找專業人士的幫助。

若發現自己的情緒開始起伏時，可嘗試以下幾個方法紓緩情緒：

- 一、緩慢地喝水和深呼吸；
- 二、若心情有點煩躁時，可到公園散步、回到房間裡獨處及休息等等；
- 三、做一些自己感興趣的事，例如做運動。



耐性是處理家庭問題的關鍵

記：疫情或會令子女出現沉迷上網、打遊戲，家長可以如何協助子女改善這些情況呢？

廖：如想改善子女「機不離手」的情況，家長首先要審視自己有沒有出現同樣的情況，否則子女會感到「不公平」而不被說服。亦不建議家長利用強硬的手法，例如收手機、斷網等方法去要求子女改善問題。家長可以按照以下幾個步驟，和子女進行協商：

- 一、家長要準備好自己的態度：每遇到這些問題，通常家長第一反應就是責罵，又或用一些命令式的語氣與子女對話，容易令子女認為家長不願聆聽

他們的想法，導致子女更加拒絕與父母溝通。家長應以平靜、寬容和關懷的態度與子女溝通，聆聽子女的想法；家長更可先表達自己的感受，例如：「我不想你上網太久，我希望你有足夠的休息」，讓子女清楚知道家長的用意，便可使子女更容易受落。

- 二、了解子女上網的原因。家長要摒棄一些先入為主的觀念，例如「用電腦就等於打遊戲機」，子女或者確實需要運用電腦、手機等等工具去協助完成功課。當人專注在一件事情上已有一段時間後亦需要稍作休息，若家長偶爾發現子女使用手機/電腦輕鬆一下時亦無可厚非。有些學生則是因為在現實生活中感到不如意，而在網上世界中，他們卻是自己命運的主宰，所以才會沉迷上網來建立自信。因此，家長在與子女溝通的時候，需要保持開放的態度去了解子女的行為，才能建立彼此互信。
- 三、商議合理的解決方法。須由子女及家長共同商議一個合理的上網時數。在子女的角度，他們希望花更多時間在上網、打遊戲上，而在家長的角度則是希望子女不要上網、打遊戲。兩者各走極端，毫不退讓的話，是無助解決問題的。如果家長能先了解子女上網的原因及習慣，例如看影片、做功課、聽音樂等等，便容易讓他們擬定一個合理的上網時數。
- 四、選擇一個好時機進行協商。盡量不要在子女正在打遊戲、上網的時候進行協商，因為當雙方處於情緒高漲、難以平復的狀態時，討論任何事情也未必能夠得到好的結果，所以家長要懂得找一個合適的時間與子女商議問題。
- 五、家長要與時代一起進步。與其不斷反對子女打遊戲、上網，倒不如了解更多子女感興趣的事情，例如到底他們之間流行些什麼、到底他們喜歡做什麼。如果家長能融入子女的話題之中，子女就更加容易和家長進行溝通，至少家長也能明白子女日常中的術語，從中掌握他們的興趣。

與子女相處是一門上不完的課，廖姑娘認為家長面對子女的問題時，最重要是「有耐性」，更加要做到「屢敗屢戰」。一個方法不湊效，就需要嘗試使用其他方法，只要家長保持開放、友善的態度，抱著希望解決問題的決心，以不破壞雙方關係為大前提下，任何問題都有方法處理/應對，家長只要願意踏出一步去作出改變，相信子女能夠感受得到家長的心意。當家長的改變愈大，子女的感受也會愈大。不論子女的問題有多麼複雜，父母的陪伴和關懷永遠是最好的解決辦法。



家長教師會選舉與就職

新一屆家長教師會成立 疫境之中靈活變通

本年度家長教師幹事委員會已於9月25日進行選舉，為了避免人群聚集，本次選舉改以網上投票形式進行。在各位家長積極參與投票之下，由張紅女士連任家長教師會主席，亦成功選出其餘各個幹事。此外，張紅女士同時亦會出任家長校董，單可珍女士則為替代家長校董。即使形式有變，但仍然無減各位家長的熱情和熱心，令選舉能圓滿結束。

洪校長
在選舉前致辭



新一屆
家長教師會幹事
全體合照

新一屆家長教師會就職典禮亦已於9月30日順利舉行。是次就職典禮有別以往，利用ZOOM視訊軟件進行網上直播，以降低病毒傳播的風險，讓各位學生和家長能安坐家中，同時又能參與其中。期望未來一年疫情不再，使新一屆家長教師會能為學生、家長及教師提供不同的活動。



家教會全體
幹事就職典禮

救世軍卜維廉中學家長教師會 2020-2021年度家教會委員

職務	家長委員
主席	張紅女士
副主席	洪楚英校長
委員	楊劍虹副校長
文書	馬嘉琪女士 劉慧芬女士
司庫	殷佩貞主任 林喜先生
康樂	魏芳女士 鄭晨瑩女士
總務	謝啟彙女士
聯絡	陳悅娜女士 潘啟就女士 何麗芳女士 李玉娟女士
名譽委員	黃鴻新女士 吳金蓮女士 胡志紅女士

家教會活動

2020年對所有人而言都是充滿挑戰的一年，在疫情肆虐之下，不少學校活動無法如常、如期地進行。儘管無法舉辦及參與各項活動，但家教會仍然花盡心思，在有限制的情況下為學生、家長及教師提供協助及支持。

父母親節

父母親節是子女表達心意的最好時機，有見及此，家教會特意準備了一些小禮物，讓同學能趁機向父母親表示感恩。



學生們
可以透過節日送禮
向父母表達心意



家教會
準備了禮物
送給各位父母親

畢業典禮

畢業典禮是中學生生涯之中的一大要事，家教會作為學校的一份子，很高興能與校監、各位校董、校長及中六畢業生們一同見證這個重要時刻！希望各位中六畢業生在未來的人生路上一帆風順，事事稱心！



家長校董
出席畢業典禮



出席畢業
典禮前簽名留念



聖誕親子問答遊戲

由於疫情關係，聖誕聯歡晚會無法如常進行，但為了可以讓各位家長與子女共度佳節，家教會和校牧部合作舉辦了網上聖誕親子問答遊戲，和大家分享聖誕節的喜悅！如想重溫當日節目，可掃描以下二維碼。請先觀賞短片，然後再進行問答遊戲：



短片



親子問答遊戲

敬師節

家教會知道教師在疫情下進行教學是艱辛的，故特意在敬師節向一眾老師們贈送小禮物，慰勞各位老師的付出。



家教會
向學校贈送敬師節
小禮物



同學和
老師相處十分融洽



救世軍卜維廉中學家長教師會 會務報告

(二零一九年九月至二零二零年八月)

張紅女士

- 19/09/19 舉行會員大會，選出第二十四屆幹事會幹事。並於當晚選出張紅女士為本屆主席。
- 11/10/19 第二十四屆幹事會就職典禮暨家長晚會。並於當晚選出張紅女士為2019-2020年度之家長校董，謝启彙女士為替代家長校董。
- 26-28/11/19 聖誕親子自助餐晚會售票。
- 04/12/19 本會於敬師週致送曲奇餅給本校教職員。
- 17/12/19 本會舉辦「聖誕親子自助餐晚會」，內容包括自助餐、抽獎及遊戲，170人參加。
- 17/06/20 本會於母親節及父親節期間，致送生果作為禮物給全校學生及職員。

註：部份家教會的活動受社會運動及疫情影響而取消。