

師生快樂學幫四驅車出「超必」

19「師夢」啓航 躁鬱師出書分享對抗病魔經歷

香港文匯報訊（記者 姜嘉軒）「香港教師夢想基金」昨日舉辦啓航典禮，大會公佈首屆選出的17份計劃書及19名教師名單，每個夢想將獲最高10萬港元資助圓夢。有患躁鬱症老師決心將自身的成長及對抗病魔的經歷出書；也有甚迷四驅車的老師，眼見教育界近年興起STEM教育，擬用資助推行「STEM四驅小子計劃」，鼓勵學生透過玩四驅車而將科技、科學、工程等多項知識融匯貫通，師生一齊參與時，感情亦增進不少。



元潔心計劃出版一本講述個人成長、創作及教育的文字圖畫手記《憂憂情畫》。



施美榕相信「玩都可以好專業」，孩童玩的小遊戲創意無限，不容忽視。



李安迪希望學生透過玩四驅車將科技、科學、工程等多項知識融匯貫通。

基金主席蔡若蓮表示，首屆獲選教師的夢想多姿多采，令人欣喜，未來將邀請各人舉行分享會，為身邊更多人發放正能量。第二期夢想基金招募預計將在暑假進行，期望更多教師能跳出教育框框，勇於追求夢想，能成為學生的榜樣。

教育局副局長楊潤雄及公開大學校長黃玉山昨為「香港教師夢想基金」啟航典禮作主禮嘉賓，並由一眾獲選教師分享夢想大計。獲選的計劃書主題各有不同，包括拍攝紀錄片、挽救粵語吟誦等傳統文化等項目。

其中香港聖公會何明華會督中學視藝科科主任元潔心擬出版文字圖畫手記《憂憂情畫》，當中會分享其患躁鬱症的經歷。元潔心談及病患經歷時表現大方，她憶述廿年前大學畢業時，感到現實與理想之間有很大落差，

不知不覺患上躁鬱症，嚴重時完全不能工作，需服藥控制情緒，副作用更令她苦不堪言。懷孕後，她又要擔心藥物會否影響胎兒。幸好最終母女平安。

元潔心坦言香港學生學習壓力大，希望可以透過藝術讓學生釋放自己，她亦會以學生的畫作觀察對方情緒，「過去有位學生遇上困難，所以畫作用色非常昏暗，失去往日色彩。」她透過畫作跟學生打開話匣子，了解學生的心事。

收益撥捐基金助同路人

元潔心的躁鬱症至今仍未完全康復，但一路走來她已學會如何跟情緒打交道，「若知道自己正處於『躁』期，嘗試讓自己別太敏感，『鬱』期則要預早約朋友相聚開解，順應病情，樂觀面對。」她的新書部分章節也

會談及湊女的苦與樂，目前手記的圖畫大致完成，文字方面仍需努力，目標在2018年正式面世，部分會寄往學校，所有收益將會撥捐關心情緒病患的慈善基金，協助同路人。

四驅車曾不少人的童年回憶，車迷都一個夢想，就是如動漫主角一般大喊指令，車子就會使出不同的「必殺技」。慈幼學校（小學部）課程發展主任李安迪小時候正是四驅車迷，看見教育界近年興起STEM教育，就想到推行「STEM四驅『必殺技』」，「玩四驅車除了包含科學知識，我們還會在車子內建晶片，要求同學觀察賽道變化，作數學統計及編寫程式，控制車子遇上彎位時自行減速，這較遙控車更有挑戰性，也更有樂趣。」

李安迪將以得到的資助發展上述計劃，讓學生以3D

打印技術，造出美觀實用的車殼，要求學生將科技、科學、工程等知識融匯貫通，「看見學生玩得開心，我跟一班大人也能重拾童年玩意，很有意思。」

「築夢樂園」整合孩子創意

招募老師創立「Children's Wonderland（築夢樂園）」的培僑小學視藝科老師施美榕，發現孩童玩小遊戲時創意無限，「簡單一隻紙飛機，孩子會為他裝置不同配件，或選用不同重量的紙張，讓它變得更『強』」。由於相信「玩都可以好專業」，她想到要整合這些玩意，邀請有興趣老師參加，跟孩子動手設計及分享玩意，甚至找專業導師指導，「例如找漫畫家或拍片專家，讓有興趣學生改進技術。」其間她會將活動過程拍成短片，與他人分享。

「升大才有前途」局限青年出路

香港文匯報訊（記者 任智鵬）香港社會一直抱持「升大學才有前途」的觀念，教育學院的一項大型研究顯示，66%中四生指，父母對自己中學離校後的出路傾向「只有大學」；而團隊成功追蹤部分學生中六畢業後的實況，也發現有92%人最終升學或重讀，投身社會工作的比例極低。負責研究的學者指，學生、家長以至老師對職業教育及新興行業發展欠認識，易令年輕人出路受局限，建議政府應聯同學界及工商業界，建立整全的生涯規劃模式，助年輕人發揮多元才能。

是次研究計劃於2013年底開始，訪問了超過5,000名15歲的本地中四生對畢業之後的出路展望、父母及學校的影響，同時了解他們對21世紀所需技能的掌握等；研究又追蹤部分受訪的130多名學生及其老師，進行焦點訪談了解學生中六畢業後的實際出路及升學就業關注事宜。

66%學生：父母只屬意「升大學」

問卷調查結果顯示，逾九成學生指會應考中學文憑試，超過八成人同意學校有助他們建立生涯規劃，

而在家長層面，66%學生指父母屬意自己的出路「只有大學」，另16%人則指父母屬意「大學或職業訓練」。而在問卷調查兩年多後的追蹤訪談中，則有八成人最終升讀本地或海外的大學或大專課程，另12%重讀中六或就讀毅進，就業的不足7%；有關學生也多認定在現時社會競爭下，升學是「唯一可行出路」，未有多考慮其他職業培訓機會。

計劃首席研究員、教院課程與教學講座教授李子建指，研究結果反映，儘管香港社會致力傾向轉型，新興行業開始出現，就業市場也能提供不同工種，但「升大學」仍幾乎被學生及家長視作唯一出路，職業教育被忽略。他進一步引述焦點訪談內容指，由於學校師生對不同行業的最新情況欠認識，年輕人的就業選擇集中於傳統的專業行業、紀律部隊、公務員等，未必能與本身的興趣及能力配合，擔心有關傾向或限制年輕人的多元化發展。

倡重構職教形象洗「次等」標籤

李子建建議，各界應從多方面着手處理問題，建構整全的職業及生涯規劃模式，例如新興及傳



圖為負責研究的李子建(左)及秦偉榮(右)。

統行業都可更主動透過講座、參訪以至實習等計劃提供資訊，讓學校師生認識其最新發展狀況，特別是可安排成功例子分享「行行出狀元」的故事；教育界則應重構職業教育的形象，洗脫「次一等」的標籤；而政府除要協調上述兩者外，也應從制度層面提供職業培訓的認受等。



香港真光書院上月舉行中一級社成立典禮。

受訪者圖片

真光書院中一級社成立



校園放大鏡

為「曉社」，以象徵友善的綠白色作為社色，社花則選用了代表純潔及善良的百合花，社訓為「明辨篤行」。校方表示，成立級社是真光傳統特色，希望藉此把學生團結起來，加強彼此歸屬感。

香港文匯報訊（記者 姜嘉軒）香港真光書院上月舉行中一級社成立典禮，本年度的級社名為「曉社」，以象徵友善的綠白色作為社色，社花則選用了代表純潔及善良的百合花，社訓為「明辨篤行」。校方表示，成立級社是真光傳統特色，希望藉此把學生團結起來，加強彼此歸屬感。

中一級主席文學沂在典禮上致辭，分享入讀真光後的校園生活，包括學習體驗營、陸運會、班際詩歌比賽和學校旅行日等，並由全體中一級同學合唱級社歌。

校方邀請家長及校友參與典禮，曾在無線電視工作及往澳洲工作假期、目前從事保險行業的校友孫慧賢向一班師妹分享經驗，鼓勵她們學習堅毅不屈及互助精神，做個負責任的人。她又建議同學們可到外地進行工作假期，從其他的工作經驗中學習，擴闊社交圈子。

日日功課「趕住做」 港童淪「趕孩」受壓

香港文匯報訊（記者 高鈺）為怕「輸在起跑線」，很多香港家長均會積極催谷子女參加課外活動。一項調查顯示，22%受訪家長的子女每天平均需要應付4份至6份功課，並在課餘參與1項至3項課外活動；7%受訪家長的子女除應付4份至6份功課外，課外活動項目更達4項至6項，生活相當「充實」。

有本港商場委託了獨立市場調查公司於上月透過問卷訪問了385名家長，當中主要是幼稚園生及小學生的家長，以了解他們安排子女學習及課外活動的情況。結果顯示，兩成家長會安排子女同時參加4項至6項課外活動；亦有1%家長更會安排7項至9項活動。此外，4歲或以下孩子、5歲至9歲孩子的兩組家長，分別有87%及75%會為子女安排1項至3項課外活動。上述兩組家長亦各有12%及25%為子女安排4項至6項課外活動。

此外，62%受訪家長的子女平均每天有最多3份功課；29%平均每天有4份至6份功課；8%有7份至9份功課。既要回家課，又要忙於課外活動，只有45%受訪家長的子女平均每天能睡覺超過9小時，能睡7小時至9小時者約47%。

被問到最注重培養子女哪方面的能力，58%家長認為社交及自理能力重要，24%認為是學術能力，18%覺得體感觸覺（如運動、藝術方面）重要。另一方面，46%受訪家長直認體感觸覺乃最不重要的一環。

至於香港家長為子女安排課外活動的目的，六成受訪家長認為子女的興趣為最重要，有近兩成人卻坦言是為孩子建立更佳的面試成績表或加強在校競爭力。另有2%人認為「完成父母的期望」是最重要的目的。

變「功課機器」減學習熱情

香港心理輔導專家蔡綺文認為，學童睡眠不足卻要應付大量功課及課外活動，令他們無法作多方面發展，嚴重者可能會引致情緒問題，「密集式功課不能加強子女的競爭力，反而會讓孩子變成一台『功課機器』，大大增加其壓力，並減少對學習的熱情。」久而久之更會形成情緒和精神壓力。

香港幼兒教育及服務聯會教育顧問廖佩琪亦指出，現時香港普遍的教育風氣着重以考試分數去衡量孩子的成就，讓不少學童從幼稚園開始便成為「趕孩」，在追趕功課補充的夾縫中過度，忽略如體感觸覺、社交及自理能力上的培養。

赴加做交換生 發現世界很多可能



大學遊蹤

我現在就讀於香港浸會大學數學系的統計與運籌學學士專業，這學期是我的final year。在大學第三年下學期，我參加了學校的交換生活活動，並同時獲得了來自學校的獎學金資助，最終實現去加拿大的Simon Fraser University交換的願望。

來到美麗的溫哥華，你一定會愛上它的自然環境，尤其是SFU後面就是一個自然保護公園。當我學習疲憊的時候，很喜歡去那裡呼吸最涼爽的新鮮空氣，那裡的空氣中有一絲甜味。

我的交換生活很愉快，結識了很多好朋友。SFU的國際事務處給所有交換生安排了當地的「搭檔」，我的夥伴和我有一樣興趣愛好，例如游泳、徒步、冒險運動，所以我

們在終期考試後，便和其他同學結伴自駕遊，去國家公園，去看冰川。我又在一個課堂的project中，結識了同組的組員一個和藹的本地人，之後就有了大家共同完成的探究火星的水含量功課，我們激烈地爭論用哪種方法更好。終期考試後，我們則聚在一起宣洩考試的試題太難和假期的安排。

加拿大的迷人風光讓人記掛，但當地人的善良和純樸更是令人印象難忘。某次我打算和當地朋友去Banff國家公園自駕旅行，於是租了一輛車。提取汽車當天，我把車開到學校的停車場裡，望見停車收費機，我頓時不知所措了，因為我根本不知道如何使用。這時附近一個陌生人看在眼裡，竟主動走過來給我介紹了如何使用停車收費機，還告訴我他馬上就要把車駛走了，而他的停車時限還沒有用完，可以「轉贈」給我，令我大受感動。

平時認真上課 假期玩得盡興

做交換生的目的，總會包括要領略世界各地的風土人情和擴展視野。在交流期間，我的座右銘是「study hard, play hard」，平時很認真地上課，假期則玩得盡興。我給教授們留下的印象是成績上名列前茅，其後和教授聊天，談起我對課堂內容的一些見解，她給予了很大的鼓勵，令我找到了自信。

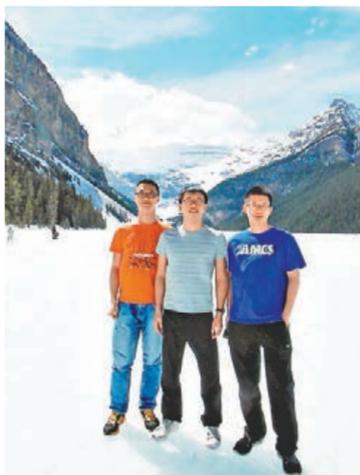
完成交換計劃之後，我的第一個感想就是：在這個世界上有很多可能，在某個角落你或許會發現你夢寐以求的那個可能性。在交流期間，我發現統計學的應用可以很廣泛：有的教授研究不同方法去估計森林裡的樹木，並經常參加測勘活動；有的人則對體育運動感興趣，積極參與各類聯賽，有時還會研究體育的博彩。我發現學習的過程可以

很自主，因為開學後第一周的第一個作業，校方就要求同學自學並掌握一個未接觸過的統計軟體。

每人經歷感受也不一樣

交換生是一個提升自我的機會，因此關於選擇交換專案，我們需要根據自己的優勢和興趣，找到和自己目標匹配的交換專案。或許你想去一個景色秀麗的地方遊山玩水；或許你想去好學校感受大師的熏陶；或許你想親身了解世界的某個角落……每個人的喜好和目標各不相同，同樣的交換學校，所經歷的感受也可能很不一樣，所以盡量讓你的選擇和你的計劃和對未來的安排一致，這樣的交換生安排會令你在追尋的道路上事半功倍。

香港浸會大學數學系學生 劉博文（標題和小題為編者所加）



劉博文與朋友在Banff國家公園Louis的Lake留影。 劉博文供圖