# 風采中學

(教育評議會主辦余風采五堂會贊助)

如何面對疫情下所帶來的挑戰

教育局訓輔組中小學教師交流日

# 德育組

(營造整體校園氛圍)

在停課期間支援學生學習及發展的措施

27.05.2022

- 25/1/2020
  - 宣佈中小學延至17/2復課
- 31/1/2020
  - 宣佈延長至最早2/3/2020復課
- 4/2/2020
  - 中六模擬試改為網上測試

## 重點支援中六同學

- 與輔導組、生涯輔導組、校友會合作製作打氣片段,包括校園生活回憶、老師打氣、校友打氣。
- 德育組協助分階段發放
- 鼓勵中六同學持續備戰DSE
- 支援中六同學心靈上的需要,讓他們感受到老師對他們的關愛, 以及有同行和眾志成城的感覺

## 重點支援中六同學

- 13/2回顧與奮戰篇
- 17 24/2
  - 校友打氣篇 I Stand by You
  - 班主任贈言篇《念念不忘終有所獲》
- 24 28/2
  - 校友打氣篇 II Stand by You
  - 老師心聲篇《天地悠悠風采無疆》

- 5/2/2020
  - 衛生防護中心表示,不排除有大型傳播
- 12/2/2020
  - 教育局通告:課堂無邊界停課不停學
- 13/2/2020
  - 教育局長發言:不早於16/3復課

## 雙線支援:中一至中五同學

- 10/2/2020
  - 制定17/2-28/2中一至中五在家學習時間表
  - 由 17/2開始逢星期三均安排網上早讀閱讀課
  - 早讀內容因應教學規劃,再配合社會疫情發展而製作
  - 德育早讀以Google form及百度問卷網形式收集學生反思,以兼顧兩地學生需要

|    | 日期。    | 早讀文章。                |   |
|----|--------|----------------------|---|
| 1. | 2月19日。 | 從新型冠狀病毒疫情看同理心。       | * |
| 2. | 2月26日。 | 穩住情緒,擺脫疫情恐慌。         | * |
| 3. | 3月4日。  | 疫境中更需要感恩。            | * |
| 4. | 3月11日。 | 黑夜將盡,黎明必至,齊心抗疫,不分彼此。 | • |
| 5. | 3月18日。 | 靜心思考現狀,觀察內心需要。       | * |
| 6. | 4月1日。  | 以開明的思想 活出不一樣的生活。     | * |
| 7. | 4月22日。 | 生命實踐的推動力--好奇心。       | * |
| 8. | 4月29日。 | 理性抗疫 鍛鍊判斷力。          | * |

| _  | - 11 - 11 | 2 (* ) (Lubus (                |
|----|-----------|--------------------------------|
| 9. | 5月6日→     | 疫情中的幽默 (中一二四五)。                |
|    | ,o        | 夢想真人圖書館 (□) 發揮所長、(□) 好人好事(中三)。 |
| 10 | 5月13日。    | 在疫情陰霾的籠罩中,我們如何改善自身,更好地面對這場疫症災  |
|    | p         | 難? 。                           |
| 11 | 5月20日+    | 如何面對不如意及衝突。                    |
|    | ęs e      |                                |
| 12 | 5月27日。    | 夢想真人圖書館(II) - 發揮所長-何俊廸(中一二)。   |
|    | ę.        |                                |
| 13 | 6月3日↓     | 夢想真人圖書館(I) 逆境自強-岑幸富(所有級別)。     |
|    | ۵         |                                |
| 14 | 6月10日。    | 「疫」境中尋找與堅持自己的興趣。               |
|    | (43)      | 輔導問卷調查。                        |
|    |           | 疫情期間生活問卷調查。                    |
| 15 | 6月17日。    | 同心抗疫,為醫護、家人鼓掌。                 |
|    | ą.        |                                |

#### • 22/2/2020

• 與家長分享由香港大學「樂天心澄」靜觀校園文化行動聯同香港輔導教師協會,設計了一套靜觀資源套-「疫境中的靜觀空間」

- 25/2/2020
  - 教育局宣佈:
  - DSE筆試改於27/3開考
  - 宣佈停課再延至 20/4/2020
- 21/3/2020
  - 考評局宣佈DSE筆試將延期至24/4開考
  - 中學復課再延期,確實日期未定

## 雙線支援:中一至中五同學

- 25-26/3/2020
  - 彭副校長連同德育組老師製作特備早讀節目:
    - 「與同學一起zoom」
  - 老師出鏡慰問學生,拉近師生距離
  - 回應學生早讀反思,分享面對疫情點滴

# 彭副校長連同德育組老師於3月25日及3月26日製作特備早讀

節目:「與你同行一起zoom」

## 雙線支援:中六同學

- 27/3/2020
  - 全級中六同學zoom聚會,與學生調整DSE備戰策略與心情。
- 16/4/2020 (DSE開考前一星期)
  - 開展中六情緒支援計劃:
  - 中六同學安排zoom集氣會
  - 安排老師專訪,為學生打氣
  - 推出成長組Facebook專頁,讓有需要的中六學生得到心靈上的滋潤與鼓勵。

## 雙線支援:中一至中五同學

- 20/4/2020
  - 再度開展陽光電話:
  - 為了解學生停課期間在家的生活及學習等情況,以加強家校聯繫,班主任及協助老師分工致電家長。

- 5/5/2020
  - 教育局宣佈中三至中五學生將於第一階段(27/5)復課
  - 初中一、二年級於8/6復課

#### • 20/5/2020

- 統籌線上班會,與學生討論復課準備
- 中三至中五德育閱讀課節舉行線上班會,與學生討論復課準備

#### • 23/5/2020

• 兩場中三至中五級線上家長講座,向家長闡述如何為子女復課作好準備

## 中三至中五第一天復課

- 27/5/2020
  - 中三至中五首三節課舉行"在乎你-聚在一起"班會

#### 班主任開 Zoom 建議指引。

高中(20/5/2020 12:30-13:00) 初中(3/6/2020 08:25-08:50)。

#### 目的:

- ▶ 關懷慰問學生/家長↓
- ▶ 迎接難得的復課天,大家重逢相聚↓
- ▶ 簡介復課須知(學生須知)√
- ♪  $\underline{\underline{\underline{\underline{\Omega}}}}$   $\underline{\underline{\underline{\Omega}}}$   $\underline{\underline{\underline{\Omega}}}$   $\underline{\underline{\underline{N}}}$   $\underline{\underline{\underline{N}}$
- ▶ 使用臉書專頁 Let's go Easy 方法: ₽
  - 同事可從以下網址進入有關的 Facebook 專頁: \-
  - 若果部分同事沒有 Facebook 戶口, 也不想建立個人戶口的話, 可以利用以下的 Facebook 「太空戶口」方法登入: 🖟
    - 先進入 Facebook 網站: <a href="https://www.facebook.com/">https://www.facebook.com/</a>
    - 在上方列填上電郵及密碼如下: →

- 30/5/2020
  - 中一至中二級線上家長講座,向家長闡述如何為子女復課作好準備
- 3/6/2020
  - 中一中二德育閱讀課節舉行線上班會,與學生討論復課準備
- 8/9/2020
  - 中一至中二首三節課舉行"在乎你-聚在一起"班會

#### 首三節課 "在乎你 聚在一起"

#### 建議指引。

高中 (27/5/2020 08:25-09:50) 初中 (8/6/2020 08:25-09:50)

#### 建議內容(純粹參考,讓教師自行選取合適內容):

1. 引起動機。

引入選擇1: ₽

https://www.facebook.com/100474631640386/posts/131377291883453/

G.E.M. 鄧紫棋【平凡天使 Angels】Music Video。

由一位小伙子到派出所送上 500 個口罩後匆匆"逃跑",民警沒追上,遙遠朝他敬禮的故事開展。加上多個疫情期間的小故事。不但是走在前線的醫護人員,更有不小默默為身邊付出的小市民。帶出"也許你以為自己平凡,也許你認為自己能做的不多 但其實每位為周遭帶來溫暖的你都是天使"。要伯無法得到奇蹟,就讓自己變成奇蹟 (尼克·胡哲)。

4

引入選擇2:↓

https://www.youtube.com/watch?v=YOMPU0p9ljw-

愛在疫症蔓延時中

在新型冠狀病毒疫情不斷擴散期間,社會服務界不少的非緊急服務暫停或維持有限度服務,但

- 3/6, 10/6, 17/6, 24/6/2020
  - 老師德育早講,主題圍繞如何從疫情經驗到各樣核心價值的重要。
- 11/6/2020
  - 禮儀大使主持早會,從學生角度分享疫情期間的生活點滴,帶出如何用正面態度面對各樣的變化,成為人生一個寶貴的經歷及學習。

# 德育及公民教育組疫情期間生活問卷調查

|     |                           | 回應  |
|-----|---------------------------|-----|
| Q1  | 我會主動協助家人做家務。              | 3.2 |
| Q2  | 我會留意家人的需要,並向他們表示關懷。       | 3.4 |
| Q3  | 當我看到別人正受困擾和苦難時,我會心感悲哀。    | 3.7 |
| Q4  | 我的理想與目標,並沒有因為遇到困難而改變。     | 3.5 |
| Q5  | 我有定時作息,保持生活節奏。            | 3.2 |
| Q6  | 我能夠欣賞身邊的人與事。              | 3.7 |
| Q7  | 即使出現許多挑戰,我仍會完成自己的所有作業。    | 4.2 |
| Q8  | 即使我不同意家人的意見,我仍能心平氣和,保持尊重。 | 4.0 |
| Q9  | 在我做出最後的決定前,我會思考各方面意見。     | 4.1 |
| Q10 | 即使當事情看起來很糟時,我依然保持希望。      | 4.1 |

### 疫情期間生活問卷調查題目

- 1. 我會主動協助家人做家務。(3.2)
- 2. 我會留意家人的需要,並向他們表示關懷。(3.4)
- 3. 當我看到別人正受困擾和苦難時,我會心感悲哀。(3.7)
- 4. 我的理想與目標,並沒有因為遇到困難而改變。(3.5)
- 5. 我有定時作息,保持生活節奏。(3.2)
- 6. 我能夠欣賞身邊的人與事。(3.7)
- 7. 即使出現許多挑戰,我仍會完成自己的所有作業。(4.2)
- 8. 即使我不同意家人的意見,我仍能心平氣和,保持尊重。(4.0)
- 9. 在我做出最後的決定前,我會思考各方面意見。(4.1)
- 10. 即使當事情看起來很糟時,我依然保持希望。(4.1)

- 3/8/2020
  - 教育局宣佈:9月開學的所有學校的面授課堂及校內活動將會暫停
- 31/8/2020
  - 教育局宣佈恢復面授課堂安排:
  - 第一階段:23/9 中一,中五,中六
  - 第二階段: 29/9 中二至中四

## 20-21年度網上開學首二天安排

| 1/9(星期二) | 時間            | 工作   | 備註   |
|----------|---------------|--|--|
| 開學日      | 9:15 – 9:30   | 學生進入zoom meeting等待   | Zoom meeting 開始,分6級戶口 PPT顯示注意事項            |
|          | 9:30 – 9:45   | VPP主持早會  |  |
|          | 9:45 – 10:45  | 開學禮  | 主禮嘉賓致辭<br>校友分享<br>學習鑰匙交接儀式                 |
|          | 10:45 – 11:30 | 班主任環節:  1. 學生常規 a) 重申一般常規 b) 再強化一次使用zoom或網絡的規則 c) 帶出如何再回歸正常有規律生活 2. 介紹時間表及校曆表 3. 介紹本年度關注事項 | 學生轉往各班Zoom meeting戶口刪除項目: • 派簿 • 派通告 • 做壁報 |

|           | 時間           | 工作   | 備註                                |
|-----------|--------------|--|-----------------------------------|
| 2/9(星期三)  | 8:15 – 8:30  | 早會   | Zoom meeting開始,分6級戶口<br>PPT顯示注意事項 |
|           |              | 中一至中三三級同步級會高中班主任節班主任環節: 1. 班規 2. 班內分工(班會及科長) 3. 互相認識(中五及中六不適用) 4. 討論班會活動 | 高中學生轉往各班Zoom<br>meeting戶口         |
|           | 9:30 – 9:45  | 小息   |                                   |
|           | 9:45 – 10:45 | 中四至中六三級同步級會初中班主任節  | 出中學生轉往各班Zoom<br>meeting戶口         |
| 3/9 (星期四) |              | 正常上課日  |                                   |
| 4/9 (星期五) |              | 正常上課日  |                                   |

### "Getting to know you" Gathering Time

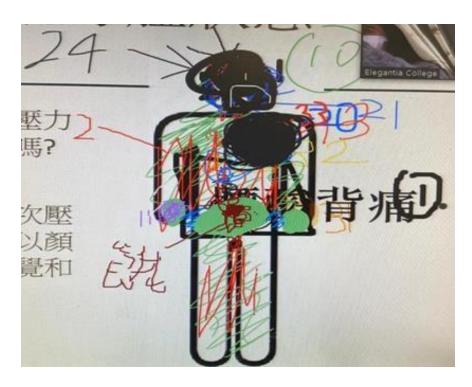
- •此外,於開學後第二及第三周將會展開線上班主任"Getting to know you"時段,讓班主任與同學們有近距離的接觸(相處的空間),彼此認識,關懷,建立感情。
- 視像面談時段如下: 7-18/9, 逢星期一,三,五,下午3:30 4:00 (共六次,每次半小時)

- 談話內容舉隅:
  - 學生及班主任自我介紹
  - 彼此生活近況分享
  - 了解在家學習的困難與適應
- 注意:小組談話開始前需讓同學明白及遵守談話內容保密原則,不應向其他同學透露。

- 8/10/2020
  - 教育局宣佈:維持半天上課安排
- 30/11/2020
  - 由於疫情持續惡化,教育局宣佈由 2/12 起至聖誕假期開始,全港中小學 暫停面授課堂

# 各級恢復常規正向教育課





## 2020 - 2021 品德教育日 身心療癒靜觀計劃 利希慎基金贊助

## 計劃內容

| 系列    | 題目     | 內容                       |
|-------|--------|--------------------------|
| 學生    | 一筆一劃•  | 藉着一筆一劃的簡單線條創作及鬆弛練習,讓學生體  |
| 靜觀工作坊 | 回到當下   | 驗專注放鬆的繪畫過程,並回歸此時此刻,與己相遇, |
|       |        | 聆聽內在情緒給自己的信息。協助學生轉化積壓內心  |
|       |        | 的困擾情緒,學習與情緒共處。           |
|       | 靜觀呼吸入門 | 藉着靜觀呼吸練習、深度放鬆練習及肌肉鬆弛運動,  |
|       |        | 讓學生從日常的一呼一吸中覺察自我,學習聆聽內在  |
|       |        | 身心需要,並找回自我照顧和接納的能力。      |
|       | 慢食當下   | 以食物作媒介,讓學生透過細嚼慢咽,回到此時此刻, |
|       |        | 並增加五感的覺察力以及培養對當下的覺知和感恩。  |

# 計劃內容

| 身心療癒<br>靜觀退修營 | 一日營   | 讓參加者可遠離繁囂,透過慢食、伸展運動、深度放<br>鬆等靜觀練習,在大自然的環境中體驗活在當下的樂<br>趣,放下生活壓力。   |
|---------------|-------|---|
|               | 三日兩夜營 | 透過慢食、伸展運動、深度放鬆等靜觀練習,並配合「和諧粉彩」藝術創作及正念唱歌的元素讓參加者將<br>靜觀修習融入生活,提昇對自我身心需要的覺察,學<br>習適時滋養及善待自己。  |
|               | 五日四夜營 | 透過直覺性的心靈拼貼活動反思、慢食及自我關懷的靜觀生活實踐,讓參加者深度了解困擾情緒,如憤怒、恐懼、悲傷、無力感等對身心的影響及背後原因,重整成長經驗。活動在小組動力互相支持下能有效提昇對自我及他人的接納及理解,轉化困擾情緒,從而改善人際關係及提昇身心健康。 |

# 計劃內容

| 照顧者<br>「全健」工作坊 | 教師靜觀培訓        | 揉合各種靜觀練習,幫助教師調適情緒和減輕壓力,<br>並掌握簡單的靜觀理念,提昇敏感度及更有效地回應<br>學生的情緒需要。      |
|----------------|---------------|---|
|                | 家長靜觀<br>體驗工作坊 | 透過不同類型的靜觀體驗活動,提昇家長對自身及子女情緒健康的關注及覺察,體驗適時舒展身心的好處,並協助家長應對子女日常的情緒及成長需要。 |

# 計劃活動

### 計劃活動

家長培訓 系列

「靜觀體驗」工作坊

透過不同類型的靜觀體驗活動,提升家長對情緒健康的關注及覺察,體驗適時為自己舒展身心的好處。

### 疫情背景

- 21/12/2020
  - 因應疫情仍然非常嚴峻,教育局宣佈延長暫停面授課至 10/1/2021
- 4/1/2021
  - 因應疫情仍然非常嚴峻,教育局宣佈在10/1/2021後維持暫停面授課至農曆新年假期開始
- 5/2/2021
  - 教育局宣佈農曆新年假期後學校可按校本需要安排不多於三分之一學生 回校上實體課
- 11/5/2021
  - 教育局宣佈由24/5起全面恢復半天面授課安排



### 繋校園獎勵計劃

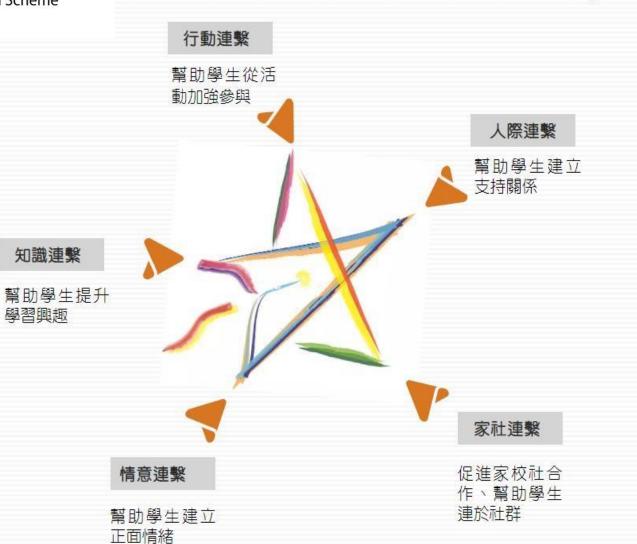
Hi-Five Student Engagement Award Scheme

知識連繫

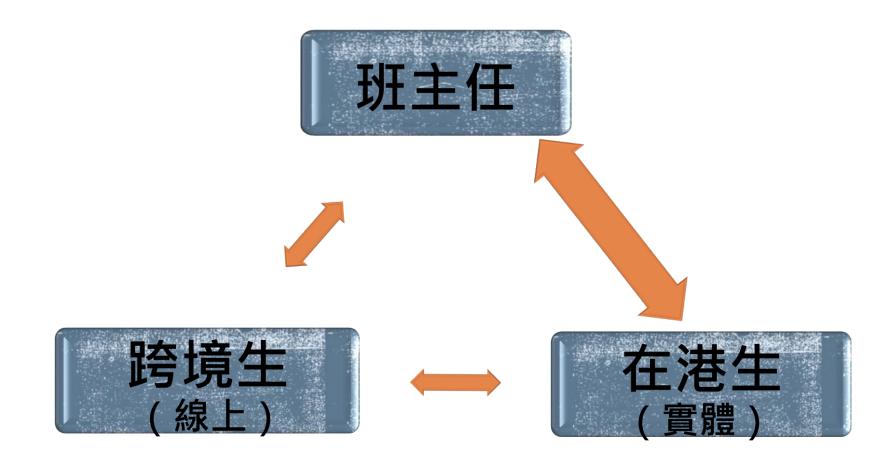
學習興趣

#### 計劃理念

校園學生與學校之間的連繫感,以保持學生投入校園生活的動機:



### Getting to know you 2021-2022



### Getting to know you 2021-2022

- 善用開學頭三天早上課
- 善用9月份班主任節(35分鐘)
- 破冰遊戲
- 彼此認識, 噓寒問暖, 建立感情
- 了解在家學習的困難與適應
- 遵守談話內容保密原則

# 訓導組 嚴而有愛的訓育文化

主題:疫情下為學生提供的支援工作

# 變中有常

以變應變

- 校本線上課堂 /活動學生守則
  - 線上課堂與平常課堂無異
  - 開啟鏡頭
  - 上/下課禮儀
  - 請假、缺席、遲到
  - 儀容要求

- 制定相應政策
  - 監察線上考勤紀錄
  - 推行線上考勤政策

# 恢復面授課

- 學生方面(整體)
  - 制定校本「學生復課須知」
  - 制定校本「學生檢疫流程」
  - 制定校本「家長復課須知」

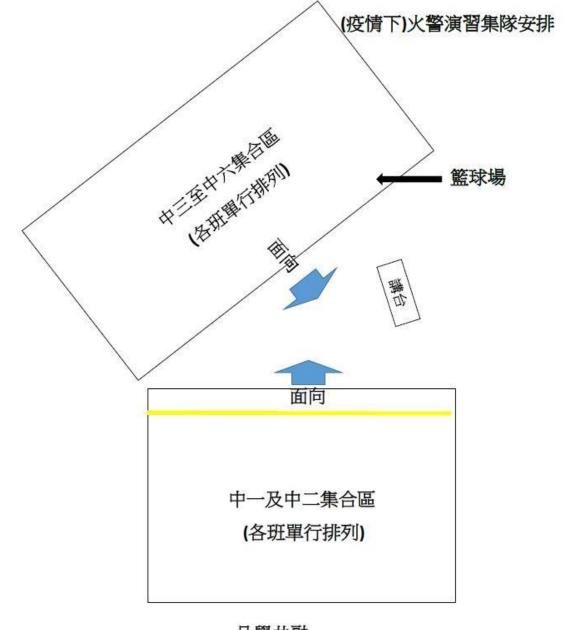
- 學生方面(部分)
  - 級會節訓導提點
  - 網課中心訓導提點
  - 照顧居住偏遠地區學生

- 學校層面
  - 制定校本
    - 「處理有呼吸道感染病徵學生教師指引」
  - 制定各階段老師當值分工
  - 處理學生快速抗原測試政策

# 組內活動

- 守時比賽
- 「服務暖流」計劃

# 火警演習



品學共融

# 風采人

- 守住紀律
- 認真學習
- 留下笑容
- 感念母校

# 輔導組(個別關懷及照顧)

疫情常改變關懷在校園

# 疫情支援 2019 - 2022

#### 輔導組疫情期間與復課支援

11/3為中六同學集氣,收集不同老師同學共50多句的鼓勵說話,弄成打氣板,令回校領取准考證的中六同學感受到溫暖,可見下圖參考和詳見<u>試算</u>圖表。



輔導組兩次早讀設計 26/2 穩住情緒 擺脫疫情恐慌 13/5 疫情中的正向心智





#### 個人關懷

- 駐校社工/輔導老師在疫情期間服務一覽
- 1. 情緒支援(包括電話及會面輔導)
- 2. 護送及陪診服務
- 3. 復課前個案會議
- 4. 危機個案/事件支援
- 5. 復課前個案回校學習調適支援
- 6. 家庭經濟支援申請
- 7. 轉介服務申請
- 8. DSE跨境學生情緒及經濟支援服務
- 9. 疫情社會服務資源提供
- 10. 學生復課情緒支援會議
- 11. 復課學生及老師打氣包 (遊戲及資源分享)\_\_申請同學 8 個,另餐卷申請有 2 家庭
- 12. 早讀內容提供

#### 駐校社工疫情期間服務數據

- 1. 跟進個案接觸: 534人次 (電話輔導,面見輔導及個案會議)
- 2. 諮詢工作(包括學生,家長及老師): 78次
- 3. 陪診: 2次
- 4. 轉介服務: 3次
- 駐校社工DSE跨境考生支援 接觸: (電話及面見):34人次
- > 國際社會服務社防疫包



> 跨境學生防疫抗疫基金申請

#### 中二級統籌疫情期間與復課支援

中二級統籌

| 1. 了解各班同學情況,同時支援班主任掌握身處內地的學  | 图 文件 1 |
|------------------------------|--------|
| 生的情况(中二15位同學情況)              | F XIT! |
|                              |        |
| 2. 支援班主任、科任老師及家長跟進學生學習情況     | 文件 2   |
| (跟進約共17名學生)                  |        |
| 3. 支援班主任、科任老師及家長跟進學生缺席zoom測試 | 文件3    |
| 情況 (跟進約共18名學生)               | 2110   |
| 间儿 (政选划共10分字工)               |        |
| 4. 跟進家長通告                    | 文件 4   |
| 5. 召開復課前級會議                  | 文件5    |
|                              |        |
| 6. 復課後級各班情況概述                | 文件 6   |

# 同學反思

#### 學生意見

- 1. 早讀的影片能快速地瞭解 光輝校長是個怎樣的人。
- 2. 通過視頻認識到山狗校長帶 領棒球隊一步一步取得勝利, 也學到如果遇到挫折,也不應 放棄,應該下來堅持,總會見 到光明。
- 3. 最深刻的事是當嘉賓講到他 曾經帶的球隊打了十一場球缺 只贏了一場,我覺得如果是我 的話我的心態坑定崩潰了,但 是他們缺還可以堅持,讓我十 分深刻
- 4. 分享的故事讓我深有感觸, 失敗不代表永遠失敗,站起來 一樣可以重新來
- 5. 山狗校長分享中對於失敗的 看法,指出失敗所獲得的東西 不乏於成功所獲得的。

#### 學生意見:

- 1. 早讀的時候關於校長和他的 學生面對失敗的影片,讓我明 白面對失敗的方法與態度。以 及攤位遊戲,利用有趣的方法 讓我們知道失敗並不可怕
- 2.用麵條串起通粉,那根麵條 很脆弱,但用不同的位置拿 起,可以使面條更堅硬。在以 後面對困難時,我也會學會想 不同方法面對
- 3.我覺得山狗校長說的那句:"就算輸,也要為對手送上 掌聲"令我最深刻
- 4.在影片中,他們沒有因為自己的學生不好而放棄,反而努力教導他們 下午12:56

# 同學反思

#### <

#### 失敗教育週\_\_活動意見調查.xl...

工作表1

Data Table

|  | 基督务                         | 《信義會北區》                               | 与少年綜合服務                        | 多中心                              |                                  |                                  |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
|  |                             | ž                                     | 動意見調查                          |                                  |                                  |                                  |
| 第一部份: 參與此活動後,  | 战覺得                         |                                       |                                |                                  |                                  |                                  |
|  | 非常不同意                       |                                       |                                |                                  | l                                | 非常同意                             |
|  | 1                           | 2                                     | 3                              | 4                                | 5                                | 6                                |
| Q1認識失敗的正面價值  | 0                           | 1                                     | 11                             | 50                               | 69                               | 67                               |
|  | (0%)                        | (1%)                                  | (6%)                           | (25%)                            | (35%)                            | (34%)                            |
| O2認識面對失敗的可行方   | 0                           | 2                                     | 13                             | 54                               | 70                               | 59                               |
| 法  | (0%)                        | (1%)                                  | (7%)                           | (27%)                            | (35%)                            | (30%)                            |
| 14   | (070)                       | (170)                                 | (770)                          | (2776)                           | (3376)                           | (3076)                           |
| Q3   | <b>—</b>                    |                                       |                                |                                  |                                  | -                                |
|  | + +                         |                                       |                                |                                  |                                  | -                                |
| Q4   |                             |                                       |                                |                                  |                                  |                                  |
|  |                             | \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ |                                |                                  |                                  |                                  |
| 第二部份: 你對此活動的滿層   | 意程度                         |                                       |                                |                                  |                                  |                                  |
|  | 非常不滿意                       |                                       |                                |                                  |                                  | 非常滿意                             |
|  | 1                           | 2                                     | 3                              | 4                                | 5                                | 6                                |
|  | 1                           | 2                                     | 15                             | 44                               | 71                               | 65                               |
| Company of the Compan |                             |                                       | (8%)                           | (22%)                            | (36%)                            | (33%)                            |
| 活動的內容  | (1%)                        | (1%)                                  |                                |                                  |                                  |                                  |
|  | (1%)                        | (1%)                                  |                                |                                  |                                  |                                  |
| 活動的內容  |                             | 1                                     | 20                             | 41                               | 76                               | 60                               |
| 活動的時間  | 0                           |                                       |                                |                                  |                                  |                                  |
|  | 0 (0%)                      | 1 (1%)                                | 20 (10%)                       | 41<br>(21%)                      | 76<br>(38%)                      | 60<br>(30%)                      |
| 活動的時間  | 0<br>(0%)<br>1              | 1<br>(1%)<br>0                        | 20<br>(10%)<br>8               | 41<br>(21%)<br>31                | 76<br>(38%)<br>63                | 60<br>(30%)<br>95                |
| 活動的時間  | 0<br>(0%)<br>1<br>(1%)      | 1<br>(1%)<br>0<br>(0%)                | 20<br>(10%)<br>8<br>(4%)       | 41<br>(21%)<br>31<br>(16%)       | 76<br>(38%)<br>63<br>(32%)       | 60<br>(30%)<br>95<br>(48%)       |
| 活動的時間  | 0<br>(0%)<br>1<br>(1%)<br>1 | 1<br>(1%)<br>0<br>(0%)                | 20<br>(10%)<br>8<br>(4%)<br>12 | 41<br>(21%)<br>31<br>(16%)<br>64 | 76<br>(38%)<br>63<br>(32%)<br>80 | 60<br>(30%)<br>95<br>(48%)<br>41 |

# 疫情支援 2021 - 2022

- 疫情之下
- 更需持續推廣正向教育,幫助學生擁有正確人生價值和力量,懷抱希望,面向積極人生,培養正向思維及生活習慣,正向情緒,同時建立堅毅精神面對壓力
- 正面人際關係,提升社交與情緒技巧,與自己和他人建立穩固與共同成長的關係

# 輔導正向社交周一疫情維持正能量

# 輔導周之正向社交響「人與人之間的感動」

我們活在不同社交圈子及人際關係中,與人相交是既 自然而又必要的事。正面的人際關係態度能夠讓我們 體會與人相處的幸福和感動。

正向社交週將會透過舉辦不同活動,讓同學認識各方面有關社交生活的態度和技巧,期望幫助同學更享受 與人相處的時光。

日期:2021年11月10-16日

活動內容:早讀,早講,固會,午息攤位遊戲,點唱



輔導周一線上線下齊參與

疫情之下,為學生創造全情投入的校園生活環境,累積心流經驗, 從體驗中了解何謂「投入」,以及「投入」對個人健康及幸福的 作用

### 輔導活動一不分地區形式

- 1. 中六同學禮堂送暖9月(中秋節)
- 2. 中一適應活動 24/9
- 3. Let's Relax 鬆一鬆看笑電影 19/10
- 4. 小天使培訓 20/10
- 5. 朋輩天使輔導班 18/10
- 6. 輔導午間點唱 16/11

領袖服務\_朋輩愛心小天使

23/2 (三) 放學

### 輔導活動

- 7. 11月中一學長教打 tie
- 8. 12月Let's Relax 14/12
- 9. 12月成長周會協助
- 10.12月升中講座協助

領袖服務\_朋輩愛心小天使 23/2(三)放學

陸運會點唱 25/2 (五) 疫情下互勉點唱(4/5-6/5)

# 個別輔導 保密 各個適應輔導小組

- 1. 新來港適應組實體
- 2. 適應組Zoom
- 3. 初中活動小組實體
- 4. 初中活動小組Zoom
- 5. 高中適應小組實體

個別輔導 保密 有默契的團隊(輔導主任、SENCo、SW、EP、 ST、TA)

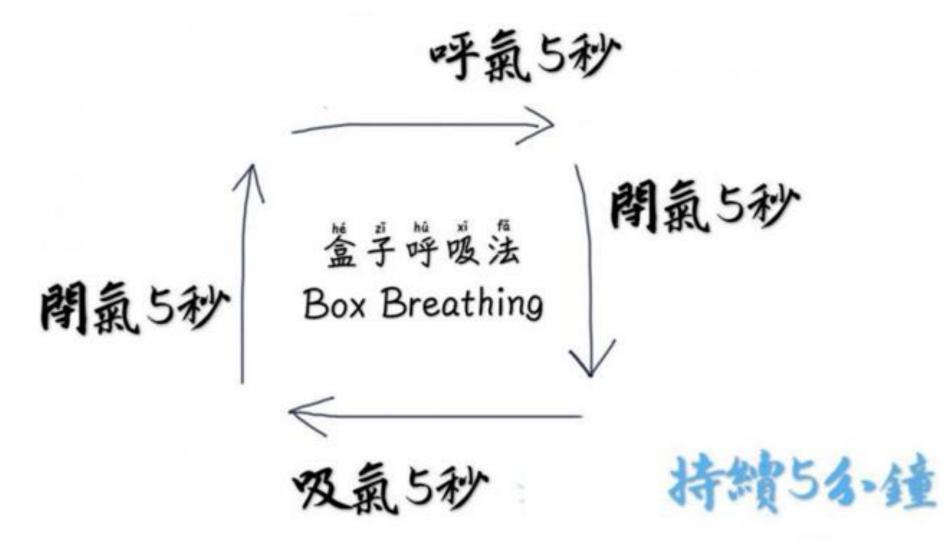
- 1. 活動服務
- 2. 個別照顧
- 3. 停課期間
- 4. 外間資訊

# 活動服務 學習指導小組 (執行功能)

執行功能小組桌上遊戲執行功能小組

## 職業淺嘗小組

## 個別照顧

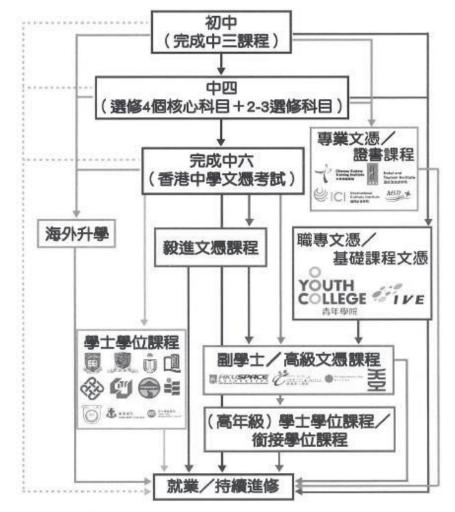




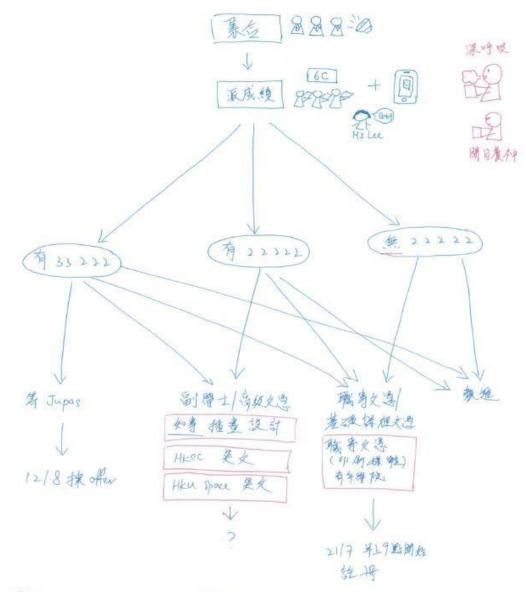
姓名:

活動一:中三後的升學路徑圖

試想像你中三後的出路,並以兩種不同顯色的螢光筆分別標示「理想的升學路徑」及「預計的升學路徑」。



日期 - 21/7 (星期三) 木剪

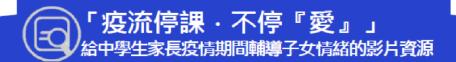


· 類知妈妈的方法 ① 等妈妈晚上回来才告訴她 ② 接更妈妈用訊息交流

### 停課期間

- 1. 情緒行為方面
  - 電話支援, 首要任務是真誠的關心, 老師聆聽學生的個別需要。
- 2. 學習方面
  - 親切地詢問家中學童數量,與兄弟姐妹商量有關器材的使用時段和分配,以免造成衝突或矛盾。指導學生上載功課的方法,不同的繳交功課渠道。
- 3. 社交方面
  - 各小組如常進行,開放學生與人溝通的渠道。
- 4. 精神方面
  - 電話關心,了解心情或各項需要,跟進覆診事宜。有需要可轉介團隊進一步評估和跟進,協助求診,或提供心理輔導等服務。
- 5. 家長方面
  - 作為家長的聆聽者,傳遞學校的關懷,安心地準備復課,紓解家長的需要。推介介家長工作坊給家長參與,多了解自己的孩子。送線上心意卡,鼓勵家長,讚賞家長。

## 外間資訊



面對疫情及改變授課模式等難以預計的事情,中學生子女要應付學習進度,而且 正值青春期的發展階段,有可能會感到壓力和困擾而令情緒波動。教育局製作了 一系列心理教育短片,讓家長掌握協助子女處理負面情緒和精神壓力的技巧。

) 家長篇(一): 關愛自己





簡介家長於疫情改變授課模式期間可能面臨的各種挑戰及壓力,讓他們認識如 何強化自身的抗逆力,提升心理健康。

② 家長篇(二): 關愛子女之輔導基本功





介紹基本的輔導技巧,讓家長理解及接納子女的情緒反應,運用有關技巧協助子 女以正面思維渡過不同逆境。

) 家長篇(四):處理青少年子女情緒的實戰技巧





解中學生家長如何引導青少年子女調節負面想法, 紓緩他們在疫情改變授課模式期間可能出 息的各種情緒問題。

#### 五種愛的語言

1. 適切的身體接觸

. . . . .

- 2. 肯定鼓勵的說話
- 3. 精心一起的時刻
- 4. 心思珍贵的禮物
- 5. 爱心服務的行動

爱的語言

- 1. 何謂愛的語言?
- 2. 反思阻碍健康親子關愛訊息的因素
- 3. 如何回應子女的內心感受
- 4. 讓兒童明白父母的關懷和愛意

#### (1)適切的身體接觸

 $\Rightarrow$ 

促進親密感

擁抱、親吻、 擁在懷中講故事書

#### 青少年不需要身體接觸??

- 青少年期的抗拒? 摔跤、推擠、玩笑式的 打擊、擊掌等
- 選擇合適的時間、
- 迅速地摸一下喷
- 地點、方式
- 碰一下他的肩膀或手臂

手機傳情

- 輕拍他的背部、手臂或 扇膀
- · Give me five
- 握手

### 肯定和鼓勵

•體諒子女的困難

我知你好辛苦

· 提供俱共鳴感的四鳥

你有進步

我知/信/有信心, 你會 ...

我睇到你好努力

#### (2)肯定鼓勵的說話

• 讚美的話 成果、努力、態度、想法 真诚、具體、恰當

• 鼓励的話 灌輸勇氣使其覺得輕鬆有力 培養自信

#### 非語言的表達

- 聲線
- 音調
- 音量
- 語氣
- 氣氛
- 表情
- 動作

## 支援有自閉症的中學生適應停課及復課安排之《抗疫小錦囊》



注意力不足/過度活躍症之 家長錦囊-停課篇

#### 第1招 編排時間表

列出孩子每天需要完成的活動或工作, 並定下完成工作所需的時間

> 9:00-10:00 網上學習 10:00-11:00 做運動 11:00-12:00 親子伴讀 12:00-13:00 吃午飯

13:00-14:00 做數學功課

14:00-15:00 看卡通片

按孩子能力、專注時限、 工作難度等編排活動

加入休閒活動及休息時間

邀請孩子共同規劃時間



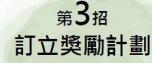
「時間表」範例

#### 生活作息「亂哂籠」, 怎樣幫孩子規劃時間?

第2招 給予外在提示 直接教導

運用淺白的語句及 視覺提示・ 教導孩子按時完成工作

- 把時間表張貼在當眼處
- 請孩子完成一項工作後, 在時間表上畫一個「✓」號
- 如:「我地協議過每天都要按時



跟孩子共同訂定獎勵計劃 鼓勵孩子按時間表完成工作



「獎勵計劃」範例

實質的獎勵 (文具、小食等)、 特別活動 (電影觀賞、親子閱讀等)

- 口頭讚賞和鼓勵
  - 頻密獎勵
- 清楚記錄、按時檢討

想了解更多有關編排時間表的小貼士? 可參考:



<<注意力不足/過度活躍症之家長教育系列



# 內地回流的同學,可特別留意其適應情況,予以關懷

- 1. 居所改變已經適應
- 2. 網課中心上課較佳
- 3. 感受到老師關心
- 1. 初中同學擔心英文成績
- 2. 以廣東話交流感到困難
- 3. 盼望早日通關回港學習

回港適應:

社交圈子

學習專注

未完的故事...... 病毒現在進行式 未來新挑戰

## 輔導組 療情党變 關懷在校園

學生為本 互助互勉 團結正能量