

首席顧問:校長鄭智賢 M.H. 總 編 輯:黃光泉輔導主任

副總編輯:許皓琳助理輔導主任

執行編輯:馮聖琮老師、白溪溪老師、劉美彤老師、蘇嘉寶小姐

美術設計:李芷然老師

地址:香港九龍深水埗石硤尾偉智街 17 號

Address: 17 Wai Chi Street, Shek Kip Mei, Kowloon, HK

電話 Telephone: 2777 6289

傳真 Fax: 2776 7727

網址 Website: www.wkc.edu.hk 電郵 E-Mail: wkc@wkc.edu.hk





校長的話		<u>\$</u>	2
輔導主任的話			4
新生適應與支援			5
學生輔導	••••		9
一棱兩社工	•••••		. 11
校園榮譽	••••		. 12
家校及社區聯繫	••••••		.13
升學及擇業輔導			. 15
<b>缩抽牛咸根</b>			. 18



# 領袖生厭粮

#### 4C Kaur Gurveer

It is the 1st time of me being a counseling prefect in Wai Kiu College and I sincerely enjoyed talking to the students whom I was assigned to. The student's mental health was the most concerning thing for me as I have learnt to cope with some situations in the prefect training. For example, our schoolmates may have some problems and they might do something wrong to themselves. I have learnt how to be a good listener and talk about it with them. I am really lucky to be a counselling prefect.

Because of the pandemic we couldn't prepare a lot of activities for the students. However, as a "Big sister" in the "Big brother and sister scheme", I still managed to arrange some gatherings with my "little brother and sisters". I could learn a lot and gain very useful experience through this scheme. Hopefully next year we can do more and I can't wait!

## Risky Lau 5C 劉暐麒

中一的時候,我只是幫助輔導組一些微不足道的事情,到現在我成為 輔導組領袖生長。我希望我有幫助到同學們適應學簽生活,促進他們的全 人發展。成為輔導組領袖生長後,我學會了做一個更有責任感的人,更樂 觀,有一個好的態度。輔導級長團隊針對不同形式組織活動,如中一生日 會和明輩輔導計劃。通過這些活動,我接觸到不同性格的學弟妹,而過程 中我也是受益匪淺,對他們有更深的了解,同時我自己的溝通能力太太提 高,越來越有信心,並掌握到如何帶領人們走上正軌。但因為疫情,輔導 組失去很多給學生活動的機會。不過我希望我能影響更多的學生加入輔導 員團隊,在惠僑營造一個積極、支持和處恩的環境。

# 校長的話

惠僑校徽上鑄著一句拉丁文:Per Ardua ad Astra. 這是二戰時英國皇家空軍的箴言,用以鼓勵空軍要成為逆境中的明星。這枚小小的校徽,盛載著惠僑師生的信念:「無懼困難,逐夢追星」,也陪伴學生在充滿關愛的校園中茁壯成長。

"Not only a School, but also a family with love."是惠僑多年來的辦學願景。惠僑連續十二年獲「關愛校園」殊榮勝人。該獎項為我長。該獎項為我們。多年提倡家校共融、



同舟同心的熱誠與努力給予莫大肯定。榮膺 大獎,實為惠僑逾半世紀以來屹立深水埗區 所積澱的成就倍添光彩。所謂「君子不器」, 萬世師表孔子早在二千多年前已提醒我們需 突破一己框框,透過多方面研習學藝,整全 地觀照自我,成為「通才」。展望將來 化 報整惠僑學生能好好追尋熱愛,讓潛能化作 成就,在競賽與考試時盡情燃燒,成為 的長明燈,在漆黑的苦學路上予以照明鼓勵,



在人生路上獲得社會各界的協位人民的協位人民的協位人所。」 一個人工程,實際,在不同,盡發,實際,其一人工程, 一個人工程, 一個一工程, 一個一工程, 一個一工程, 一個一工程, 一個一工程, 一個一工程, 一個一工程, 一一工程, 一一工工程, 一 中學階段的成長誠然是重要的,同學除了承受沉重的學業壓力外,資訊氾濫的現代社會中,網絡文化、情緒健康、朋輩關係、 濫藥援交等問題更一一搖揻着年青一代的價值觀與道德界線。部分家長為保護子女免受 傷害,過度催谷或者溺愛子女,結果不僅令 親子關係惡化,更形成「港童、港孩」的現



象。故本校實施「家訪計劃」,增加家長與 老師溝通的機會,以「家校合作」的形式瞭 解及照顧學生所需。同時,惠僑亦透過各種 活動,例如「朋輩輔導計劃」、「中一生日 會」、「禮貌運動」等,不僅讓學生尋得益 友良伴,亦促進學生健康成長。

此外,惠僑亦透過不同的支援計劃,對 SEN、非華語、資優學生給予適切協助。「新 來港學童適應計劃」使學生融入惠僑大家庭,





生能融入惠僑大家庭,在校園中培養自信,奮發向上。

此外,世界知 名思想家愛默生 曾說過:「怎樣的 思想,就有怎樣的 生活。」如果青少

現今社會發展日新月異,年輕一代要在面對一個個嶄新挑戰中堅守自我,把握機遇闖 出未來,需要強大的內心。惠僑多年以來在教 育路上竭盡所能,孕育了不少積極進取的青年

生在風雨中的同路人,本著連綿不斷的教育熱

誠,秉承目標,竭盡全力為學生提供全面支援, 務求親手培育星星幼苗,以使學生在溫暖的校 園環境中勇敢地探索自己的夢想,在瞬息萬變 的香港中得到一個清晰的定位。

輔導工作無疑需要恆心與耐性,任重而道遠,我明白努力往往未必能即時得見果效,但雖如此,惠僑的同工們仍為同學默默耕耘、無私奉獻時間和愛心,這份工作熱誠實在讓人肅然起敬!本校出版這份《輔導組特刊》,既是對過去活動的一個總結,亦代表一個新的開





# 輔導主任的話

## 別再說沒有自信· 透過學習你也能擁有它!

你曾否因為失敗數次而放棄希望?曾因別 人的閒言閒語而裹足不前?是否覺得自己沒有 能力實現目標?

「自信」是一個人能否成功的重要因素, 許多人放棄追逐夢想、被困境打敗不是真的能 力不足,而是因為自信不足,認定自己不會成 功因此半途而廢,甚至未戰先敗而與成功擦身 而過。

雖然建立自信看似無須勞師動眾,單憑一己之力就能擁有,但對原來自信心不足的人來說,很難在轉念間就能信心滿滿,那麼要怎麼做才能不再低估自己的潛能,找回自信心呢?

#### 自信是能透過訓練而擁有的技巧

擔任球隊教練的運動心理學博士 Ivan Joseph 常碰到學生家長詢問,孩子需要具備什麼特質才能夠進入學校球隊,獲得每年七十多萬的獎學金呢?家長常自誇孩子體能好、視力佳、技術高超,但這些都不是 Ivan Joseph 最想要的球員特質,他認為擁有「自信」是更重要的事。

Ivan Joseph 認為,只要擁有自信,哪怕是面臨困難的處境、極大的挫折都能讓人起身奮力迎戰;但是一旦沒了自信,只要一點點小小的挫折,就足以讓人退縮、不願嘗試努力。而自信並非與生俱來的,非得靠老天爺眷顧、基因遺傳才能擁有,他認為自信是一種技巧,能透過學習、訓練而來。

#### 為自己加加油,讓惡魔退散

未能一帆風順固然讓人洩氣,但失敗經驗並非一無是處,我們能在失敗中學習,檢視過程發現自己不足之處,讓我們知道努力的方向。失敗是在逆境中鍛練我們、讓我們更加強壯的力量,而不是阻擋我們前進的障礙。記得若再遇上失意時,為自己加加油,去除在心裡打擊你信心的惡魔,學習擁抱失敗,從中獲取珍貴的教訓,讓心更加強壯,自信就會長駐你心。

人生可比喻為一場跨欄競賽,

跨越時的喜悅、跌倒時的挫折、以及體能上的 極限…

過程中面臨一道又一道的欄架障礙。 「懂得動腦思考的運動員」為末大, 分享如何以優雅之姿,躍過嚴峻的挑戰!

參考書:天下雜誌出版《邊跑邊思考》,2014年8月



## 多個人成長

Strength and growth come only through continuous effort and struggle. — Napoleon Hill 力量與成長只會來自持繼的努力與奮鬥。 ——拿破崙·希爾

# 新生商應與支援

## 新來港學童適應計劃

「新來港學童適應計劃」為教育局資 助計劃,旨在透過各種生活輔導,幫助新 來港學生適應香港及學校的生活。本校輔 導組與「香港國際社會服務社」合辦課程,

透過小組遊戲及協作活動讓同學們認識香港、建立朋輩的支 援網絡及了解社區資源,幫助同學適應香港。期間更組織外 出活動,讓同學跳出校園,親身認識香港。





同學認真思考, 訂立目標。



司學們認真聆聽外籍老師講解英文文法



同學認真投入,並回答導師的問題。



外籍老師教授餐桌禮儀



忙著記錄組員的 order



學校悉心安排同學們到海洋公園半天遊, 藉此認識香港及滴應來港的生活。





同學們十分享受是次海洋公園 游,興奮參觀園內各個景點。

溫馨小教室拉近了彼此的距離



同學們於海洋公園內盡情 放鬆,玩遍機動遊戲。







適應課程期間,導師引 導同學們探索自己的理 想和訂立目標。

同學們在適應課程期間, 專注投入活動。

## 朋輩輔導計劃

朋輩輔導員在課餘時間,例如小息, 透過面談或視訊的方式與所負責的中一 組員溝通,藉此幫助新生適應學校的環 境和以及獲得適時的關愛及援助。另外, 這個計劃也讓學長們培養耐性,增強溝通及領導能力。由此可見,這個「朋輩輔導計劃」對輔導員和中一同學均有所裨益。

#### ー・ 見面禮



朋輩輔導員首次探望 中一組員時,送贈他們 一些小禮物。這令新生 們感受到學長們的關 愛,從而打開心扉,雙 方建立友誼。

### 三·『三月百課』YouTube 頻道直播:



「三月百課」這個網上頻道為學生們提供不同學 科和主題的課堂,例如語文和關於日常生活的課 題,務求使他們在特別假期期間停課不停學。

## 五・網上遊戲 Gartic



#### 二·COVID-19 抗疫自救資訊的整合



學校兩位社工(林姑娘和姚先生)為幫助新生善用特別假期,介紹了一些網上資源給朋輩輔導員以供他們與中一組員分享。其中一項重要的資料是 COVID-19 抗疫自救資訊的整合,好讓學生和家人在確診時應對病情。

#### 四・「禪繞」畫教學 (第一篇:河流)



在這疫情資訊充斥的社會裏,不論成年人或 青少年都需要保持一顆平靜安寧的心。「禪 繞」畫可以舒發情緒,讓大家找回那顆心。

哪有年青人不「打機」?作為「專業機迷」 的社工姚 Sir,當然要介紹網上遊戲給朋輩輔 導員,好讓他們推介給中一的學弟學妹。

## 中一生日會









## 中一迎新歷奇營

眾人拾柴火焰高!人與人之間的互助合作是成長必學一課。每年暑假舉辦的「中一迎新歷奇營」既是燃點新生熱情的開始,也是建立師生互助互信關係的起點。在老師和學長陪伴下,中一新生在營內經歷不同的歷奇活動,共同完成各種任務。營裡每個活動,既可幫助新生認識身邊的同學,也讓他們明白「惠僑一家」的精神,迎接未來六年的挑戰。



追尋夢想, 有你在旁



師生同心

愛「拼」才會羸





和「家人」同坐一桌,飯菜也變得特別香!





## 多校園生活

Life is a constant experience; while success requires constant training. 生活是需要不斷體驗的,成功是需要不斷磨練的。

# 學生輔導

## 品德及價值培育

為使同學明白禮貌的重要

性,鼓勵他們以禮待人,建立互助互愛的風氣,本校訓輔組特舉辦「禮貌標誌設計比賽」,鼓勵學生透過構思及創作標誌,宣揚禮貌之道,提醒大家以禮待人。

此外,輔導組每月都會舉行正向分享會,透 過各種活動如名人分享、互動話劇、詩歌分享、 禪繞畫等,讓學生排解負能量,紓緩壓力,時刻 保持正向思維,正能量滿滿。

「抗賭 kol3 不賭劇場」學校 巡迴之旅——同學們使用平 板電腦參與問答遊戲。 警民關係組到校舉行講座, 中二級同學積極參與,並與 施警長合照。



同學們積極參與 PS33 抗毒資訊站的 攤位遊戲。



禮貌標誌設計比賽得獎同學獲 得獎狀及豐富的獎品,及與校 長及黃光泉主任合照。

同學們積極參與 PS33 抗毒 資訊站的攤位遊戲。







為向老師表達心意の同學們全情投入嬴取糖果!



警民關係組到校舉行講座9同 學積極參與,並與施警長合照。

## 禮貌標誌設計比賽作品









冠軍 2A Gaganpreet Kaur

亞軍 2C 張勝

季軍 2A 王嘉楠

優異獎 2C 林逸遊







## 性教育綜合服務計劃

青少年在成長路上往往會對生理 轉變及兩性關係等方面感到疑惑。輔 導組與校外機構合作舉辦性教育課程 及講座。課程中,同學參與各種有趣 的活動,如角色扮演、分組比賽、討 論等,寓趣味於教,令同學對個人成 長及人際關係方面有更深的認

識,解開他們在成長路上所遇到的疑問,從而確立正向的價值觀。



同學回答社工的發問。



同學用心聆聽護苗基金的導師講解



同學進行分組討論々交流想法◎



同學有商有量,畫出愛心

# 一校雨社工

## 「疫」地「誼」處 ——社工的話

疫情肆虐,病毒不僅入侵身體,更侵蝕社交生活,破壞人與人之間的情誼,不知不覺間影響著我們的精神健康。 居家抗疫期間,大家是如何維繫友誼的呢?

以往,大家每天都可以在校園內與好友暢談,共享午餐。但疫情下各自留家抗疫,彼此的關係是否已由無所不談變為無話可說?你是否願意眼睜睜地看著這些情誼消逝?

其實,簡單的一通電話、一個短訊都能夠表達我們的 問候和關心。試想想,假如你身處困境甚或不幸染疫,是 否也希望朋友表達善意、作出窩心慰問?易地而處,主動 聯繫朋友、問候對方,耐心聆聽他們的分享,並嘗試了解 他們的心情,適切地回應和支持他們,友誼又怎會減退呢? 疫情雖使大家分隔兩地,但只要向朋友主動表達關心與掛 念,定必可拉近人與人之間的距離。疫情終會減退,期望 大家重回校園時,能相見莞爾,友情依舊。



駐校社工姚信宇先生



# 校園榮譽

## 「關愛校園」獎勵計劃

本校榮獲「十年或以上關愛校園」榮譽。此獎項是由香港基督教服務處及教育局協辦,經審慎評選,就學校在推行關愛工作所持守的信念、制度、氣氛,家長或老師的實際支持行動等各方面進行評核。以公開表揚積極推廣及實踐關愛文化且表現卓越的學校。而本校已連續十二年獲取「關愛校園」榮譽,可見本校在營造一個和諧及健康的校園方面不遺餘力,得到肯定及讚揚。



本校同學敬師愛友,老師對學生無微不至,屢獲教育局「關愛校園」的榮譽。

本校榮獲知識連繫 特別獎,表揚本校 老師有效幫助學生 增加學習興趣。

## 「樂擊校園獎勵計劃—知識連擊獎」

本校榮獲「樂繫校園獎勵計劃——知識連繫獎」。 此獎勵計劃是由教育局、香港教育大學及浸信會愛群社 會服務處協辦,藉此獎項以表揚本校建立和諧校園氣 氛、促使不同需要的學生和家長與校園建立互信關係、 長遠提昇學生的投入感和對群體的承擔、增進彼此間的 連繫感,以保持學生投入校園生活的動機、幫助學生提 升學習興趣。



許皓琳老師與其他學校代表一同接受「樂繫校園知識連繫特別獎」。

本校老師為學生設計不同的學習活動。 幫助學生面對困難, 培養積極的抗逆心態。



## 多家庭親子

Parents should be mentors on the way of children's growth, friends in family life, and companions in studies.

父母應當成為孩子成長路上的導師,家庭生活的朋友,學習生涯的夥伴。

# 家校及社區聯繫

## 家訪計劃

#### 2C 班家長

能更加了解子女 對學校課程的適應及 進度狀況,為子女選擇 合適的路向,裝備自己 為將來人生作準備。

#### 2C 班家長

認識自己對子女管教 的不當行為,互相協定正 確的目標和方向,加深子 女學習的了解及學校的認 識,正視子女行為背後之 真正原因。

## 寥綺雲老師與馮子欣同學家人

5C 班家長

是次家訪使我學會 了與子女溝通的技巧, 促進我們之間的感情, 亦清楚了解到子女的感 受和需要,彼此承諾改 善不當的行為和態度。

### 1B 班家長

更加認識現時的教育制度, 與學校共同協助 子女成長。



## 致送小學聖誕禮物

每年本校收生及學校宣傳組都會有致送聖誕禮物及賀卡 予友好小學的活動。同學們得知能夠回到自己的母校致送禮 物,回到熟悉的校園探望老師,均感到十分興奮。

收生及學校宣傳組於去年 12 月上旬聯同學生們一同前往基督教香港信義會深信學校、香港四邑商工總會新會商學校、五邑工商總會學校、大坑東宣道小學、嶺南大學香港同學會小學、聖方濟愛德小學、保良局林文燦英文小學、灣商會學校、香港道教聯合會雲泉學校、伊斯蘭鮑伯濤紀念小學、鮮魚行學校、佐敦道官立小學、油蔴地街坊會學校、東莞同鄉會方樹泉學校、深水埗官立小學、聖公會基福小學、荔枝角天主教小學、長沙灣天主教小學、聖公會聖安德烈小學、瑪利諾神父教會學校(小學部)、寶血會嘉靈學校、李鄭屋官立小學、聖公會基愛小學、聖公會聖多馬小學內中華基督教會協和小學(長沙灣),將滿載同學們祝福的聖誕卡及聖誕禮物致送給小學校長、老師及學弟學妹們,以行動回饋母校多年來的教誨,並表達尊師愛友的心意。



同學們不辭勞苦,到母校送上禮物。



禮物包內有各式各樣實用的文具。



同學們送上禮物,體現施比受更有福、 回饋母校的美德。



本校非華語老師 Mr Ilyas 帶領同學們把禮物送到小學校方代表手上。



同學們到深水埗區鄰近學校送贈小禮物 予小學生。





同學們把禮物送到友校的老師手上,表達敬師愛友的心意

## **三邁**向社會

Don't ask others what you have done, ask what you have done for others. 不要問別人為你做了甚麼,而要問你為別人做了甚麼。

# 升學及擇業輔導

## 升學及擇業輔導組、簡介

生涯規劃是人生不可或缺的一部分,對成長中的青少年更是尤其重要。升學及擇業輔導組為不同年級的同學提供全方位的生涯規劃活動與資訊。對於即將面對公開試的中六同學,升輔組為每位同學安排升學面談,讓同學及早了解多元出路,知己知彼,調整心態迎戰文憑試。對於剛升

上中學的中一同學,升輔組亦協助同學為自己的中學生涯訂立目標,關注同學在學業與操行的發展。對於將要高中選科的同學,升輔組亦不遺餘力地安排選科工作坊及個別面談,讓同學能更了解自己,作出合宜的選擇。

## 中六打氣活動

在中六同學積極備 戰文憑試的同時,升輔組 亦不忘為中六同學打打 氣。校長和老師都紛新 同學留下打氣的說話,鼓 勵同學以正面積極的 數面對眼前的挑戰。祝願 各位中六同學旗開得勝, 在文憑試勇奪佳績!









## 模擬放榜

放榜對於中六同學來說,是一件陌生的事情,為了讓他們預早為放榜做好準備,升輔組聯同 YWCA 舉辦了一次模擬放榜活動,讓同學預先了解放榜的流程,使他們在真正的放榜日能更

清楚不同的應對方案。經過這次活動,同學都對 多元出路有進一步了解,也調整了升學上的規 劃,找到更切合自己能力和興趣的出路。



中六同學積極尋求合適自己的出路, 小願音探索不同的可能性。





## 校內生涯規劃課程

「凡事豫則立,不立則廢」, 要達到人生目標,必須有周密的規 劃和準備,故此及早開展生涯規劃 極之重要。本校為學生提供生涯規 劃課程,透過多元化的活動,協助 學生認識自己的性格特質、興趣與 能力,檢視個人成長中重要的經驗, 以發掘自己升學和擇業的取向。此 外,學校更诱過安排不同行業的分 享會,豐富學生對各行各業的了解, 激發他們思考未來的路向。













## 職場參觀

「學而時習之,不亦悅平!」升學及擇業輔導組致力 與夥伴機構合作,舉辦多元化的參觀及實習活動,讓學生 了解不同行業的概況,為未來就業作好準備。參觀除了著

重學生與講者的互動外,亦會 安排工作體驗環節,讓學生可 以親身感受職場的實況,啟發 學生對擇業方向的規劃。此外, 大部分參觀機構皆提供進修課 程,讓學生能夠在空餘時間進 修,培養自己的興趣,為個人 的前路作出最完善的準備。



感受專業電競選手裝備



到護士學校體驗護士日常工作,果真任重道遠











同學嘗試在酒店整理客房內每一個細節都是學問

