



聖公會聖安德烈小學

S.K.H. St. Andrew's Primary School



家長教師會第十七期會訊

2023年7月

地址：九龍深水埗海麗街3號 電話：2959 1551 傳真：2959 6353 電郵：andrew@skhstandrews.edu.hk 網址：www.skhstandrews.edu.hk



正向的人際關係

教師常委
李偉程副校長

與人相交是既自然又必需的事。正向的人際關係和恆常的社交活動讓我們可以感受人間溫暖，有時更可以協助我們跨過逆境。不少研究指出，人與人之間的互相支持，相濡以沫，當使人生更加添色彩。眾所周知，使人感到快樂的因素，並不是擁有多少財富、名氣，而是與身邊人的連結有多深多好，良好的人際關係的重點不在於數量，而在於質素。正向的存在就是質素的保證。因此，我們若要追求幸福快樂的人生，就必須擁有正向的人際關係。

有一個「水桶和杓子」的理論，它指出每個人都有一個無形的水桶，當水桶裝滿水時，我們便會心情愉快。反之，當水桶被掏空時，我們便會陷入負面情緒，變得沒精打采。幸好每個人也有一個無形的杓子，在每次人際互動中，我們都可以為別人的水桶加水或舀水。要麼為人添煩，要麼幫人減壓，這就要看你釋出的是「負能量」還是「正能量」了。試想像在你的日常與別人溝通時，是在為他們加水或是舀水呢？我們在說話之前宜先按下暫停鍵，先問自己：「我這句說話會不會為別人舀水？」如果你正想說出一些阻礙溝通的話，請嘗試開口之前先按下你的「暫停鍵」，避免將惡言妄語衝口而出。

另一個方法是送上小水滴，我們與別人溝通時，可多留意對方的優點和值得欣賞的地方，鼓勵自己多表達真誠的讚美，同時多主動說出鼓勵或支持的話，為其他人的水桶加水。例如你可找出別人值得欣賞的地方，嘗試以「我欣賞你……」來表示讚賞。

第三個方法是學習使用「我」來表達自己。在溝通時以「你」作句子的開端，容易使對方感到語句中帶有批評或命令性，覺得被責備。對方為了防衛自己，每每將溝通之門關上。相對來說，以「我」作為語句的開端，對方較易了解我們的想法、感受和期望，便容易打開溝通之門。當我們有負面思想及情緒時，可嘗試以「我」來描述事件，感受一下正向語言所帶來的奇妙功效。

家長常委 劉嘉欣女士

大家好，我是二年B班潘思潔的家長，大家可以叫我做嘉欣。今年剛加入成為聖公會聖安德烈小學家長教師會第九屆委員。打這篇分享的時候，剛巧是小一放榜日，令我感觸良多。當年，我其實差點與聖安德烈擦肩而過的。

首次認識聖安德烈小學，是思潔在N班的時候。我當時是幼稚園家教會家委之一，有一次負責帶隊參觀聖安德烈小學。當時校長派了一輛大旅遊巴在幼稚園門口接載我們。其實幼稚園只在西九龍一號，但給我的印象是校巴開了很遠的路，才到一個異常荒涼的地方。我心想，這間小學很遠呀！另外，當時梁植偉中心正在改建中，整間學校都是灰和塵。我們本身也是跨區上學，對這區並不熟悉，所以一直沒有把聖安德烈放在我的考慮當中。

直至小一自行派位公佈後，我知道女兒最好的朋友入讀了聖安德烈，我才發現原來這間小學就在幼稚園後面的海麗邨，但已經太遲了……最後幾經波折，終於成為聖安德烈小學的一份子。

聖安德烈給我的感覺，就是色彩和喜樂。校舍充滿色彩，每個人都帶著笑容，活動更加是多姿多彩，間中仲會驚喜不斷。除了功課，默書和考試，基本上和返幼稚園一樣開心。由於疫情關係，最近才算是正式復常，學校已經迫不及待舉行了超級多的活動，其中令我最深印象就是家教會旅行（不是賣花讚花香哦！）旅行前的家委會議中，校長，副校長，老師們多番強調，請委員們專注投入在親子活動內，其他工作老師會代勞，家長只需要好好享受親子時間，這令我感觸良多。學校內每一個人都是關心愛護我們的孩子，無論大事小事他們都看重。打從心底裏愛我們的

孩子。我很感謝學校的每一位。另外有一次我送飯遲了，餐車已經離開。學校姨姨接過我飯盒後，立即轉身奔跑。其實當時並未到飯點，我作為媽媽也不曾擔心小朋友會捱餓，校工姨姨卻全力以赴專程幫我送上去。

還有很多很多，難以一一細數。不過相信大家都有同感，對嗎？



家長教師會

主席：陳美玲女士
副主席：羅鳳儀女士
李偉程副校長
義務秘書：何淑欣女士
張萊恪老師
義務司庫：王淑琴老師

聯絡：劉嘉欣女士 余穎思老師
總務：張艷秀女士 莊琪凱女士
李姍姍老師
康樂：龐嘉碧女士 蔡銘發主任
顧問：譚先明校長 何燕薇副校長
黃淑貞副校長 袁合順主任



聖公會聖安德烈小學教師家長會舉行 第九屆常委會就職禮、會員大會暨家長證書頒授禮 暨「保護孩子，從家庭開始」講座

於2022年12月3日，本會舉辦第九屆常委會就職禮暨會員大會，與各會員共商會務。本會邀請顧問譚先明校長主禮，並請主席陳美玲女士報告會務。

大會又請聖公會福利協會譚芷筠服務總監以「保護孩子，從家庭開始」為題，舉行講座，與眾家長及教師分享保護孩子的方法。



聖公會福利協會譚芷筠服務總監主講

「保護孩子，從家庭開始」講座



家長證書頒授禮

此外，家長教師會又舉行家長證書頒授禮，向眾家長頒授家長義工服務證書 (2021-2022)，以表揚眾家長。



家長校董選舉



「一人一花」剪花苗



協助學童注射服務



午膳義工(2023年2月)



二月特別午膳義工服務



領取舊校服

家長教師會舉辦回收及領取舊校服活動，幫助有需要的家庭。



由於二月份有2天飯商沒有午膳供應，學校提供訂餐服務，家長義工義不容辭，再次出動為學生去餐廳領取食物回校，並協助準時派發給有需要的學生。

第十六屆校運會

家長義工在第16屆校運會上，於不同崗位服務。



小一新生及各級插班生啟蒙禮

升讀小一或轉讀新學校，對孩子而言，是一個成長的標記。為此，本校於2022年9月30日在本校禮堂為小一新生及各級插班生舉行「啟蒙禮」，盼望在牧師的見證下，校長、老師、家長與同學共同立志，為同學的成長各盡己任，互勉同心，祈求在天父的教導與保守中，讓同學在聖安德烈開展其生命成長新里程。



疫情後，重辦一年級親子旅行及遊戲日，親子樂聚烏溪沙

經歷三年疫情，本校與香港溪沙終於2022年11月24日齊集，集齊多小一親子，多一教青，多一親加，多一遊戲日，多一歡聲笑語。沙中及沙青也歡聲笑語。





家長教師會親子大旅行

家長教師會於2023年4月22日舉辦「親子大旅行」，眾親子與教師聯袂遊覽嘉道理農場暨植物園，享受田園美景，並叙天倫之樂。





兔氣揚眉迎新歲

親子新春團拜，互祝平安添喜慶！

2023年2月4日，本會與學校聯辦「兔氣揚眉迎新歲」親子新春團拜，藉此與大家互祝平安，增進家校情誼。會上安排親子遊戲、猜燈謎、抽獎等活動，新春喜氣洋洋！



本校積極推行正向家長及親子教育活動



「百毒不侵 家滿FUN」家長教育課程 (禁毒基金贊助)，幫助家長培育正向的孩子！

本校一向關注學生的全人發展，並參加由「生活教育活動計劃」舉辦的「百毒不侵 家滿 FUN」家長教育課程，向家長提供正向豐富的內容，藉以幫助孩子學習及健康成長。

計劃內容正向豐富，包括八次講座，由陳楚燕姑娘（生活教育活動計劃教育幹事）主講，她與袁合順主任時有拍和，藉輕鬆的對話與家長交流經驗，有關講題如下：

講座(一)：吾家有子女)初成長

講座(二)：望子成「？」

講座(三)：天賦角色難自棄

講座(四)：和子女有個「藥」會

講座(五)：懲罰以外，你的選擇

講座(六)：增強關係勝算高

講座(七)：遠離「麻」煩

講座(八)：家長通「性」



兩場「正向家長教育講座」



「玩玩遊戲談談心」親子遊戲工作坊



「將軍出菜 品格桌遊」 親子遊戲工作坊

本校致力推展正向家長教育，邀請「SOWGOOD! 正向品格教育館」到校，為本會會員親子舉辦「『將軍出菜 品格桌遊』親子遊戲工作坊」，透過體驗「將軍出菜 品格桌遊」（桌上版及真人版），學習如何運用「將軍出菜 品格桌遊」，在遊戲中培育子女的品格發展及認識中華文化。



本校響應

「『Project P.L.A.Y.』 X 『Go Go Love』 MONOPOLY 慈善活動啟動禮」

本校響應「淨緣慈善基金」及「愛望基金」於2023年5月27日，在山頂廣場的「香港大富翁夢想世界」舉行「『Project P.L.A.Y.』 X 『Go Go Love』 MONOPOLY 慈善活動啟動禮」，本校不單委派學生於典禮中擔任司儀，本校中國舞校隊更獲邀於當中表演助慶，還有百多名親子到場觀禮打氣，眾人樂也融融。



敏·敢同行

親子課程，

宣揚正向的文化，
幫助親子用不同方法，面對壓力！

本校與「香港基督教服務處深滙樂Teen會」合辦「敏敢同行」親子課程(分高、低年級兩組舉行)，幫助學員及其家長，學習不同的方法去面對因濕疹及家庭生活等而來的壓力。

此課程包括學生成長輔導小組、家長工作坊、親子同樂日及一人一劇場(由言遇劇團演出)等活動，期望與眾親子同行，彼此交流體會，以幫助學員建立正面的自我形象，提升自信心，促進社交；又為家長建立支援網絡，提供紓壓和交流空間。

此外，本課程更宣揚正向的文化，舉辦學員及其家長的作品展覽會，讓全校36班學生參觀，讓學生體驗其中的精神，藉此推動校內互相尊重的精神和建立同理心的正向文化。

「敏.敢同行」計劃----「學生成長輔導小組」，讓學生彼此支持，學習面對壓力的方法！



「敏.敢同行」計劃----「家長工作坊」，讓家長建立支援網絡，幫助孩子！



「敏.敢同行」計劃---- 「一人一劇場」
(由言遇劇場演出)，演出親子的心聲！



「敏.敢同行」計劃---- 「親子同樂日」，讓親子的心再次拉近！



「敏.敢同行」計劃---- 「親子活動作品展」，讓全校學生學習正面的同理心文化！



小六親子一起參加

畢業晚會

，留下美麗的回憶！

本校原訂舉行六年級教育營，可惜因疫情緣故，無奈取消。

為讓六年級畢業生有更多對母校的回憶，本校今年特別為他們安排「畢業晚會」，邀請親子一起參加。當晚內容豐富，學校與聖公會聖安堂一起，為眾親子舉行福音晚會，同享天恩；還安排了正向關係親子活動及親子聚餐，讓眾畢業生一面與家長共享天倫，一面與師長好友共敘情誼，好讓眾人在母校一起過著一個難忘的晚上，並留下一段美麗的回憶！

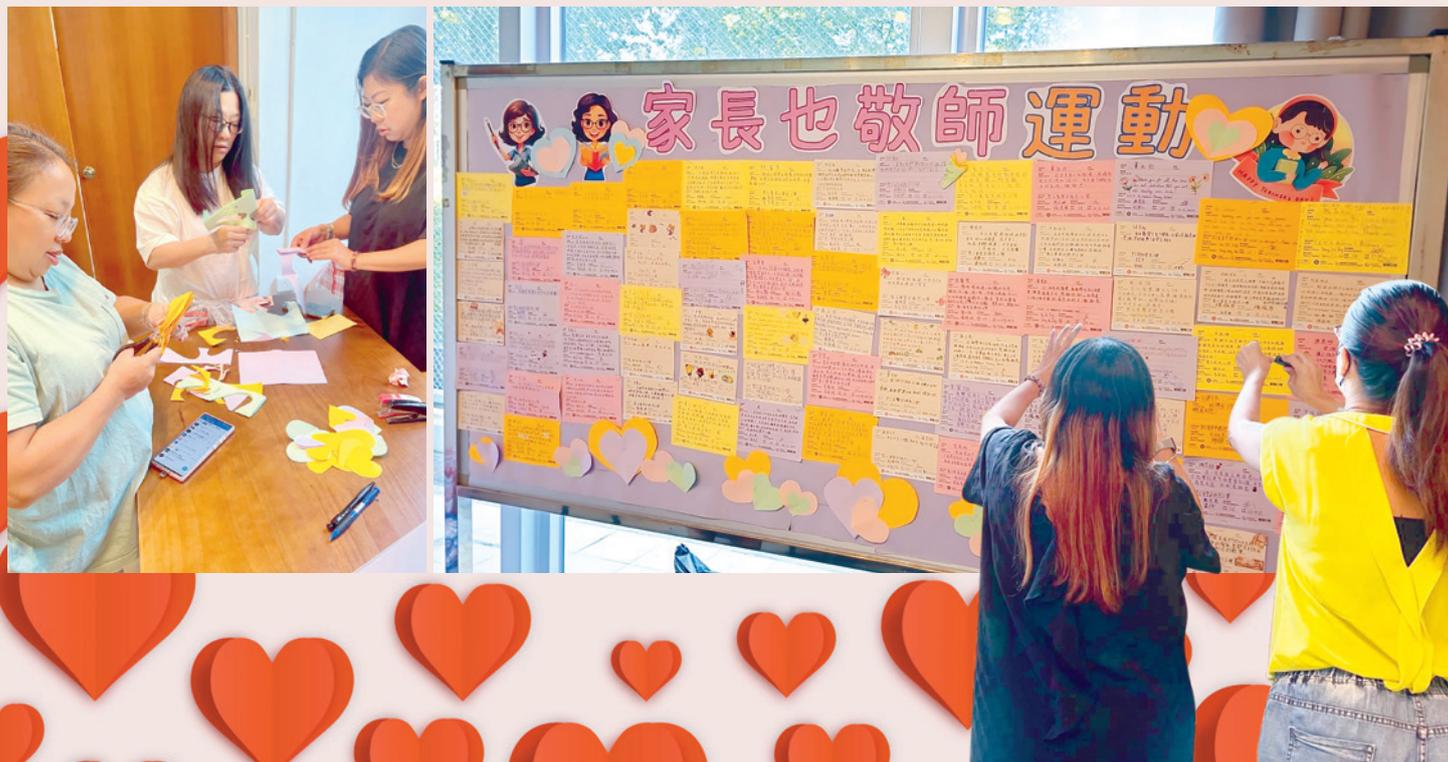


本校與聖公會聖安堂推行「校牧關懷服務」，關心親子及教師的心靈！

本校與聖公會聖安堂一起，積極推行「校牧關懷服務」，其中包括教師靈修會、協助學校舉行富聖公會特色的崇拜、聖公會聖安堂主日崇拜（網上及實體崇拜）、「美善之家」家長小組、聖誕點燭環和亮燈儀式、學生宗教教育活動及「九龍區課後支援計劃——青苗同學會」（與聖雅各福群會九龍慈惠中心合作）等，以關注親子及教師的心靈。



本會支持第29屆「家長也敬師運動」



回顧與前瞻

主席 陳美玲女士

今年真的是充滿感恩的一年。疫情過去，一切逐漸復常，第九屆家長教師會常委會得以順利選出，並復辦了多個以往數年皆無法舉辦的活動，包括：「小一親子運動會」、「小一親子旅行」、「家長教師會旅行日」、「新春團拜」等等。除了以上復辦的活動外，家教會亦一如以往進行舊校服回收及一系列家長講座。以上活動得以順利舉行，除了是家教會的心血，也非常感謝一眾家長義工的無償付出，實在是非常感謝他們的熱烈參與。

看到參與活動的學生一張張快樂的笑臉，就是家教會最大的動力。展望未來，期望各位家長能繼續支持本會及學校，發揮「家校一心」的精神，繼續讓家庭與學校之間保持和諧愉快的溝通，幫助學生們在有愛的環境中學習及成長。

編輯委員會

成員：李姍姍老師、張萊恪老師、
陳美玲女士、龐嘉碧女士

顧問：袁合順主任

孩子畢業了

本會協助學校準備畢業生紀念品。