仁愛堂田家炳中學
建構幸福校園 培育正向人生觀

2024-03-28　仁愛堂田家炳中學, 多元發展, 德育, 情緒健康關注週, 關愛, 靜觀

【OpenSchool專訊】教育不只是傳授知識，學生個性和品格的陶造亦很重要。仁愛堂田家炳中學積極推動「仁田中人」的關愛文化，讓學生感受到被關心、被理解和被接納，建立健康的自我形象和積極的人生觀，勇於展示潛能，日後回饋社會。

關愛．德育．多元發展　三線並行

中學生在成長期常會遇上困惑，承受着心理或學習壓力，產生不同的情緒問題，此時學校便成為扶持他們抵禦逆境與挑戰的支柱。仁愛堂田家炳中學紀思輝校長分享學校關心學生的精神健康和個人德育修養，他說：「要令學生在校園感受到關懷，開拓他們正面的人生觀，從而學會關心身邊的人和事，體現校訓『己立立人』的精神。他日他們成為領導階層也能夠抱着同理心，對社會發揮正面的影響力。」

為了培育才德兼備的未來主人翁，學校也特別着重學生的多元化發展。紀校長覺得每個學生各有所長，顧及他們不同的興趣、能力和抱負，學校提供豐富多樣的課程和活動，以體驗式和服務學習為主，內容涵蓋科學、資訊科技、藝術、社區服務等不同領域，讓學生從中拓寬視野、發掘興趣。

「情緒健康關注週」　洋溢關愛

社會、學習或家庭環境的轉變，都會為學生的身心健康帶來衝擊。孔敏芳副校長指，經歷幾年疫情、社交距離等措施規範下，留意到有學生對重投校園生活感到焦慮，減少社交意欲。她說：「為了應對以上的情況，學生事務委員會及輔導組的教師分別安排校本活動和引入校外機構的服務，以適切的方法支援學生的情緒需要。」疫情後，學校舉行「情緒健康關注週」並恆常化推行，由兩名駐校社工安排多樣化療癒心靈的活動供學生參加。活動包羅萬有，例如桌上魚缸工作坊、VR紓壓遊戲、雪糕車等；又設有攤位邀請學生分享日常生活中美好的小事情。輔導組主任翁毓梓老師說：「回來學校不單只是讀書，可以與同學一起玩，抒發焦慮和緊張的情緒，找回生活中的小確幸。」

另外，校方亦安排高中學生接受有關精神健康的培訓，學習實用的技巧，擔任「學生守門人」，以安全及有效的方式去辨認和回應受情緒困擾的朋輩。「學生守門人」向全校同學宣傳情緒健康的訊息，透過聖誕節送贈朱古力等活動，向同學釋出關懷，建立彼此間互助互信的關係。

「情緒健康關注週」VR紓壓遊戲。

引入靜觀　提升學生身心健康

靜觀在世界各地已被廣泛應用於促進精神健康，學校也適時地把靜觀課列為其他學習經歷的選修課程之一，由五名取得Teach.b靜觀導師資格的老師教授，讓有興趣的中四及中五同學報讀；此外，亦於各級舉行靜觀工作坊，同學嘗試掌握如何透過靜觀減壓。靜觀課程統籌老師戴碧瑜說，靜觀可以幫助學生清理雜亂的思緒，「學生因為擔心功課、憂慮測考而忽略了身體狀況。利用靜觀的身體掃描，可以幫助學生覺察自己的身心狀態。」更重要的，是靜觀可以引導學生擁抱美好，學會表達自己的情緒，處理壓力，提升精神健康。為了進一步推展靜觀，學校今年會在校內設立學生培育室，命名為「成長苗田」作為教授、修習靜觀及培育學生之用。戴老師透露學校打算於午餐時段開放「成長苗田」給學生進行靜觀修習，讓學生可以在一個舒適的空間享受片刻寧靜，調整好心情再上課。

「情緒健康關注週」桌上魚缸工作坊。

「情緒健康關注週」提供多樣化療癒心靈的活動供學生參加，紀校長與學生一起吃雪糕。

學校引入靜觀課程，幫助學生清理雜亂的思緒，促進精神健康。

多元活動陪伴同行

學生由小學升上中學，面對嶄新的學習歷程，難免會出現適應上的問題。特殊教育需要統籌主任林惠青說：「部分學生或不擅與人溝通及察言觀色，使他們難以融入群體生活，我們會安排適合的活動助他們跨過困難，建立良好朋輩關係。」早前學校就安排有需要的中一學生到狗場照顧被遺棄的流浪狗，他們群策群力協助狗狗洗澡、散步、餵食。此外還推出「好心情」計劃，舉辦有趣的工作坊，例如整甜品、沙畫製作、長洲歷奇活動等。上述各種活動旨在讓學生在輕鬆的環境下，學習與人溝通的技巧。林老師指，助學生排解孤獨感，陪伴他們融入群體生活，才能解開問題的癥結。

「山景人情」回饋社區

擁有愛人與被愛的能力及憐憫之心，將其擴展到社區內，正是紀校長時常提及校訓「己立立人」的意義。學校舉辦的初中服務學習計劃「山景人情」正是回應這個教學理念。計劃以服務學校位處的山景社區為主，旨在培育初中學生關愛社會的品格。「山景人情」以關愛長者為主題，貫穿中一至中三的服務活動。中一學生把親身種植的蘿蔔製作成蘿蔔糕送給區內長者；中二學生以「山景持續」為題到老人院舍陪長者一同耕作，把廚餘轉化為食材，傳遞關愛長者和環保的訊息；中三學生則透過創科公司了解長者友善產品，從而對人口老化的問題有更深入的認識。經歷三年服務學習計劃後，學生可以自願參加「長者學苑」，繼續實踐服務社會的理念。由學生輔助或擔任導師的「長者學苑」過往曾經推出英文粵曲、掛飾製作班等給山景邨一帶的長者參與，豐富學生的學習經歷，並加強他們對社群的關心及連繫，實踐「己立立人」。

中一學生到狗場照顧被遺棄的流浪狗，群策群力協助狗狗洗澡、散步、餵食，從經歷中融入群體生活。

中三學生出外考察了解長者友善產品，從而對人口老化的問題有更深入的認識。

中二學生以「山景持續」為學習主題，到老人院舍陪長者一同耕作，傳遞關愛訊息。

學生於「長者學苑」服務區內老人家。過往曾經推出英文粵曲、掛飾製作班等給山景邨一帶的長者參與。

初中服務學習計劃「山景人情」，由學生親身種植蘿蔔並製作成蘿蔔糕送給區內長者。