



崇真家書 (57)

各位家長、各位同學：

每個人都有自己要走的路，沿途有上帝為我們安排可以欣賞的「風景」；作為父母，其實只能陪伴孩子走一段。「這段路」有多長？沿路會遇上甚麼事？我們也作過別人的兒女，明白到有時真的身不由己。

父母與子女同行，是多麼的珍貴！父母有主導權，可以努力為子女和自己締造一個充滿笑聲和親情的家，讓所有家庭成員的生活作息、個人發展及身份認同，皆有一個快樂和自豪的源頭。

作為子女，也有責任去圓滿自己的家。怎樣圓滿？可以由感恩開始吧。各位同學，請看看自己的身體。每個人身上都有一個標記，一般情況下（除非游泳），這標記不會常常顯露出來，我們日常也不易察覺；但這記號一輩子都附在我們身體的正中間位置，記錄了我們人生歷史的開端，提醒我們，哪裡是我們的源頭，叫我們可以順藤摸瓜，找出感恩的方向。

這是神管教我們的心意。「孝敬父母」在《聖經》中出現了10次，是神聖道的一部分。每年的父親節、母親節亦提醒我們：我們應該學習感恩和回應。

感恩不是終日思想別人的過錯，或是晝夜籌劃怎樣去迫使別人去滿足自己；相反，是思考別人的美善和別人對自己的恩惠，自己又可以怎樣付出努力，使別人得幸福。一個人有感恩的心，自然會常說出感恩的話。感謝的話，多說無妨（以弗所書5:4）。家庭和睦，是一種福氣，每位家庭成員皆有責任去建構、維持和珍惜。基督化的家庭充滿神的說話，祂托起及維繫。

4月26日（星期五）晚上，那天天氣不穩定，「家長學堂」在駐校社工昕sir的主領下如期舉行，約有50位家長參與，一同學習「如何培育子女的抗逆力」。「抗逆力」(Resilience)可以理解為一個人面對危機或困難的適應能力，以及從困境和失敗中回彈的能力。一般來說，香港學生的逆境來自七個範疇：學術成績、升學就業、課外活動、家庭關係、社交、個人問題（如健康）及非預期事情等，同學能否為自己評估一下呢？要提升抗逆力，首先，在逆境來臨時，要學習保持「正向思考」的狀態，盡可能找人分享，包括家人、同學、摯友、長輩等；接著，明白到生活順逆是人生平常事，沒甚麼大不了的，要讓自己每天過得有意義，才是最重要（意義源頭在於自己個人的目標／理想、別人的幸福和／或為神生活）；



崇真書院
TSUNG TSIN COLLEGE
9 LEUNG CHOI LANE, TUEN MUN, N.T.
新界屯門良才里9號



校務處：3507 6400 網址：www.ttc.edu.hk 電郵：ttc@ttc.edu.hk 傳真：2463 7535

最後，要好好照顧自己，包括聆聽自己的感受和需要，心存盼望，並及時行動。家長方面，有需要時可以藉以下四種方式支援子女：（1）識別子女的情緒和行為轉變；（2）協助分析問題；（3）情感支援，讓子女感應父母無條件的愛護；及（4）提供實際援助。從個案分析，昕sir讓我們明白，能及時判斷子女需要，適時作出相應行動的重要性。校長亦提醒家長，子女面對學業壓力，最關鍵時刻在中五下學期至中六，在這期間，子女最需要父母同行。

崇真學生多才多藝，5月2日周會主題是「社際音藝比賽」，那天我在台下欣賞六社同學的演出。「精彩絕倫，目不暇給！」正如訓導主任所形容的，有如「迪士尼百老匯音樂劇」。原來因為統一測驗的緣故，同學只有兩三個星期的籌備時間，似乎同學的才華不只音藝，還能「多工處理」（Multi-tasking）呢。

本校於5月9至14日舉辦「數理科技周」（STEAM WEEK），主題是人工智能及學科學習成果分享，各科（數學、科學、設計與科技、視藝科、電腦科、家政科）透過一系列的主題式科技體驗活動，包括「能源效益及節約」、智能家居展覽及問答比賽、VR/AR 精神健康攤位遊戲、AI Fitness Challenge 體能挑戰、3D鎖匙扣製作、AI在生物科的應用（解剖豬肺）、香薰蠟燭工作坊、mBot相撲機械人、橋樑製造及數學之王大賽等，希望同學對STEAM各領域可增加認識及興趣。

感謝家長及同學的合作，學校完成各自評問卷的調查工作。根據今年校內自評數據顯示，學生內在學習動機及中、英、數主科的自我概念達中間偏高，相對全港情況，同學有準時完成功課和溫習的習慣，並願意克服困難；惟閱讀興趣及習慣未成，心態上倚賴老師，自主學習能力不足。同學成績如要突破，必須要建立「自己當學習主人」的概念。數據亦顯示，本校學生的誠實及道德意識P值為84-86（最高為100；50為中位數；最低為0）；家務及義工參與為66-68；但體能及健康只有37-40；睡眠47；早餐習慣32。可見本校學生道德水平、服務使命大幅高於全港平均數，但部份同學害怕失敗，容易產生焦慮，加上睡眠不足，不吃早餐亦可能影響學習，情況仍然值得關注。

整體而言，普遍學生知禮守規，且敬師愛友，活潑可愛，和善受教；惟學習思維能力及主動性有待加強；身心健康，仍須關注。本校將致力在設施、制度、教學法上持續完善，精益求精；期望家校亦多合作，並力幫助同學健康發展。

後天是母親節，恭祝天下母親心想事成，身體健康，兒女孝順，家庭和睦。

區國年校長
二零二四年五月十日