

校長的話

「害從口出」 陳雨瀚校長

家長們、同學們，你們相信「種瓜得瓜，種豆得豆」嗎？在本期的《家長教師會通訊》，我想與家長們分享一本好書，書名是《害從口出》。書的首頁寫著以下一段話：

種瓜得瓜 種豆得豆

在挑剔中成長的孩子，苛於責人。
在敵對中成長的孩子，常懷敵意。
在嘲笑中成長的孩子，畏首畏尾。
在羞辱中成長的孩子，過份自責。
在容忍中成長的孩子，學會忍耐。
在鼓勵中成長的孩子，滿懷自信。
在讚賞中成長的孩子，懂得欣賞。
在公平中成長的孩子，有正義感。
在安全感中成長的孩子，會有信心。
在贊可中成長的孩子，懂得自愛。
在接納和友愛中成長的孩子，會有愛心。

與人相處，若經常口不擇言、口沒遮攔，只會惹來他人的反感，甚或生出事端，破壞人際關係之餘，亦會為自己帶來不必要的麻煩和災禍。父母管教子女時，其實同樣要慎言，即使出發點是為子女著想，也要小心無心之言傷及子女。聖經中也有不少教導，要我們學習慎言：

「原來我們在許多事上都有過失；若有人在言語上沒有過失，他就是完全的人，也能勒住自己的全身。」

(雅各書 3:2)

《害從口出》一書，是多年前由家庭與學校合作事宜委員會編印的一本小冊子。書內記錄了很多在教養子女時不應該說的話，但在現實中，父母往往不自覺地使用它們來訓斥子女。例如：

「食野唔做嘢，做嘢打爛嘢，你無用呀！以後都唔駛你幫啦，越幫越忙！」

「你有什麼資格？」

「你睇吓你，功課做得一塌糊塗，妹妹細過你都比你做得好，你點做人阿哥呀？」

「你真係食塞米！」

「睇死你，你無鬼用架！」

「你無腦呀，問埋啲咁嘅野！」



田中的家長們，在教養子女的這些年裡，類似的說話曾否衝口而出，及後令你們深感懊悔呢？抑或只是覺得「講吓啫，唔使咁認真呀」而習以為常，以致說話傷害了子女而不自知？有些時候，我們是在模仿自己父母的管教及說話方式來教導子女。我們也許亦曾被自己的父母用傷害性的說話訓斥過，於是不自覺地，也沿用這些說話來訓斥自己的子女，將傷痛一代傳一代。父母對子女的影響十分深遠，父母的一言一行其實反映了他們的價值觀、人生觀和婚姻觀等，這一切可以成為子女一生的祝福，亦可成為他們成長上的枷鎖。

「你正廢柴！」我有一位朋友兒時常被父親用這句說話訓斥，在成長過程中，他的自我形象低落，充滿了自卑，遇事常退縮，時常否定自我的價值，一直到多年後長大成成人，情況才有所改善。然而，心靈上的傷痕卻不會磨滅。這正是不懂慎言對子女成長帶來的禍害，即使是「言者無心」，對聽者也可以造成心靈上的傷害，久久不能治癒。

《害從口出》一書所列舉的案例全是真實的，是由一群有心的老師幫忙搜集和撰寫的，目的是想提醒家長在日常生活的言談間，避免使用不當的言辭，以免影響子女心智的成長。書中會解釋這些說話不恰當之處，以及可能造成的影響，並且會提供一些較為正面的說話例子供家長考慮。此書確是家長們教養子女必讀的錦囊。

田中的家長們，如果你們相信「種瓜得瓜，種豆得豆」，而又希望子女是一個懂得忍耐、滿懷自信、懂得欣賞、有正義感、有信心並懂得自愛及愛人的孩子，便應當常常反思自己日常的說話，「到底我是常『語出傷人』而不自知，還是善用嘴巴，多讚賞、多鼓勵兒女的父母？」「我的子女曾否被我的說話傷害過？」書中的提醒，對作為父親的我起了很大的警惕，讓我受益匪淺。

可能你們會問：「在哪裡可以購買此書？」由於這本書是多年前出版的刊物，現已經絕版了，再難從坊間購得。但感謝有關當局將此書轉成電子資源，存放於香港教育城網站，供有需要的人士閱覽。

《害從口出》電子書下載



《害從口出》網上閱讀



期望《害從口出》成為對每一位田中家長的提醒。願與各位家長互勉，一同學習「正向語言」，以建設性的說話來教導子女和學生！

編輯小組：王孝和副校長（顧問）

廖麗明老師、彭勁老師

地址：香港新界粉嶺維翰路一號

電話：2673 1778

圖文傳真：2673 7730

網址：<http://web.tkpss.edu.hk>

2021-2022年度 工作回顧與展望

一、回顧過去

第二十屆家長教師會曦恩閣，於2021年11月19日（星期五）家長教師會周年大會中正式成立，現已投入學校服務將近一個學年。這一年來疫情反覆，家教會各方面的工作都受到挑戰，全賴各位委員、家長及教師鼎力合作，家教會在疫情下仍能順利舉行部分活動，留下令人回味的時光！本年度家教會亦因時制宜，實行多項新措施，加強照顧各家庭之需要，發揮家教會的功能！21-22學年的工作要點如下：

家校同心 綻放異彩

執行委員會選舉

本會執行委員會選舉於2021年10月22日完成點票工作，曦恩閣得全校老師家長94.6%信任票，以743信任票當選第二十屆執委會。家教會重視每一位家長的意見，為令選舉更具廣泛性，同時避免出現群聚感染，是次選舉首次採用電子投票的方式進行，效果顯著。相信日後的家教會選舉活動亦會沿用電子投票的方式，以方便工作繁忙之家長以及跨境家長投票，讓每位家長的寶貴一票都受到重視，家教會才能收到更多不同家長們的心聲，照顧不同家庭的需要。

家長義工

家教會有賴各家長支持，多年發展以來，家長義工團隊已成規模，義務協助學校擔任高中統測的監考員及學校宣介等工作，有效地為老師減輕負擔，讓老師有更多的時間專注教務工作，真正體現了家校合作的精神。今年雖處於疫情陰霾之下，然而家長們報名參與義工活動的熱情不減，上學期義工招募迅速額滿。可惜由於疫情反覆的關係，學校宣介及學術周攤位活動最終取消，下學期監考義工招募亦取消。期盼疫情盡快好轉，各家長們可以重新投入義工活動。每年敬師日是家教會全年重點活動，感謝家長義工及學生義工積極參與籌備，當中包括敬師早會分享、填寫敬師心意卡、致送敬師禮物，藉此向全體田中教職員獻上心意。

家校聯繫 促進感情

家長活動及講座

本年度家教會為家長合共安排舉辦了三場教育講座，以期在親子支援、親子關係和親子教育等多方面支援家長。首場舉辦《學海無「捱」》家長講座，讓家長了解學生所面對的學業及校園生活壓力，以及如何支援學生的精神健康。其餘兩場一為《高效溝通有助提升親子關係》家長講座，針對網課期間管教子女所產生的磨擦，讓家長認識有效促進親子溝通的技巧及舒緩管教壓力的方法。另一為《家長齊上網》家長講座，針對現時學生「機不離手」及上網成癮的情況，協助家長培養子女建立良好的上網習慣。

多樣化的家校合作活動

家教會致力籌辦各項活動，以促進家校溝通及親子感情。今年疫情有所緩和，故家教會積極復辦各項活動，包括「親子旅行」、「親子手工藝班」、「學術周攤位」等多項活動。各委員悉心籌備，待機而動，惟疫情反覆，最終只能無奈「煞停」，實屬可惜。特別是「親子旅行」，因應疫情一再將其延期，惟最終事與願違，未能舉辦。

出版刊物

本會定期出版的刊物《橋》、《家長教師會通訊》及經常更新不同資料的家教會網頁，提供家教會的最新消息、會議紀錄，並從相片中分享家教會全年活動中的精彩片段。

家校攜手 關懷學生

關注學生福利及升班需要

家教會每年都會籌辦「舊書買賣服務」，以教育學生珍惜資源及培養學生的溝通技巧。今年新增設「舊校服贈送服務」，轉贈校服予有需要之家庭，推動環保之餘，亦減輕家長的負擔。家教會亦會密切監察本校小賣部、午膳飯盒及校服商的質素，期望為學生爭取更優質的服務。本年度適逢三年一度的午膳供應商招標，家教會舉辦甄選午膳供應商試飯活動，邀請各委員以及特別邀請中一二家長前來試飯，為學生挑選更優質的午膳供應商。

家教會獎學金計劃

家教會設立獎學金，以獎勵在學業、品行、服務及體藝等方面表現出眾的學生，鼓勵他們繼續努力。

二、展望將來

來年本會將繼續與家長緊密合作，積極籌備多樣化的家校合作活動，加強家長和學生的感情及對學校的歸屬感。本會亦將繼續關顧學生福利及需要，鼓勵家長也學習，以及發揮家長的專長，配合學校需要，減輕老師非教學工作的負擔，彰顯家校合作的效能，家教會盼望各位家長能繼續支持和參與家教會的活動，並不時給予寶貴的意見，使家教會可以精益求精。

我們期盼疫情盡快止息，讓學生早日重投常態的校園生活，家教會的各項活動亦可以順利舉辦，與家長攜手共同關注學生成長。最後祝願田中和家教會順利凝聚各位家長的力量，各展所長，互相合作，為學生塑造一個和諧友愛的校園，讓他們愉快成長。

田家炳中學家長教師會

2021 至 2022 年度財政報告 (截至 2022 年 9 月 30 日)

家庭與學校合作事宜委員會資助

	港幣 (元)	港幣 (元)
2019 至 2020 年度家庭與學校合作事宜委員會資助剩餘		38,496.10
3/2022 政府收回 19-20 年度餘款 \$10,000 元	-10,000.00	
		28,496.10
2020 至 2021 年度家庭與學校合作事宜委員會常費及活動費資助 (常費: \$5,740 + 印刷費: \$10,000 + 親子旅行: \$10,000)	25,780.00	
9/2022 政府收回 20-21 年度餘款 \$10,013 元	-10,013.00	
扣除: 家長會—印刷家長教師會通訊 (第二十三期)	-3,296.00	
家長會—印刷橋 (第四十九期)	-3,570.00	
家長會—印刷橋 (第五十期)	-3,132.00	
家長義工協助監考飲品	-72.00	
文具	-85.07	
敬師咭	-360.00	
獎學金書券	-1,400.00	
2021 至 2022 年度資助盈餘		3,851.93
結餘		32,348.03

家長教師會銀行戶口

(備註: 結餘當中 21-22 年度親子旅行 10,002 元, 政府將於 22-23 年收回帳目)

收入

2021 至 2022 年度會費收入		17,840.00
敬師日家長贊助款項		49,294.00
		67,134.00

支出

1 家長教師會壁報製作費		100.00
2 家長講座 (10.2021)		2,000.00
3 校外比賽交通津貼		480.00
4 親子手工藝班 (利是封燈籠)		996.00
5 家長講座 (3.2022)		3,000.00
6 敬師日 教職員休息室增添設備 (空氣清新機 3 部)		14,064.00
7 敬師日送贈老師禮物		28,972.63
8 敬師日送贈老師生果		7,700.00
9 家長義工紀念品		985.00
10 家長講座 (5.2022)		1,900.00

總支出

		60,197.63
		6,936.37
加: 上屆家長教師會銀行戶口結餘 (30.9.2021)		109,532.50
結餘		116,468.87
家庭與學校合作事宜委員會資助結餘		32,348.03
家長教師會銀行戶口結餘		116,468.87
總結餘		148,816.90

鳴謝張珮茹小姐擔任義務核數師

身在「田中」應知福

6B 班王珀橋家長
王柱樑先生分享



小兒珀橋今年升讀中六，即將完成中學階段，離開生活了多年的校園，我很榮幸可以在此分享個人的感受。

回想五年前，珀橋剛升讀中一，當時獲派的學校並不合心意，派位後我們四出找尋學校，忙得不可開交。也許是緣份的安排，經過叩門，珀橋最後入讀了「田中」，開始他的中學生涯。

剛加入時，我們對「田中」不甚了解，心情總是戰戰兢兢的，後來發現「田中」對新生的照顧都很周到，頓時鬆了一口氣。最令人印象深刻的是各種不同的迎新活動，包括家長晚會、新生輔導日、教學講座、由師兄師姐主持的功課輔導班、黃昏燒烤、親子旅行等等活動，都令人非常難忘，感覺十分親切。

其後，有幸認識了前家教會主席，在她的介紹下加入了家教會義工群，不時參與「田中」舉辦的家長義工活動，如聯校展覽會、高中統測監考、敬師日聚餐、小學生開放日導覽等，令我感受到這間學校的超凡魅力。

後來我參加了家長校董選舉，進入校董會擔任家長替代校董，期間定期參與校董會會議，近距接觸學校管理層，對「田中」的辦學理念和處事方法，更是有一番深刻體驗。

至此，我心中暗暗對「田中」下了個評價：「不可多得！」

數天前與小兒閒聊，滿以為他會很滿意「田中」這個選擇，令我詫異的是，他竟拋出一句：「無甚麼特別，沒有感覺。」我不禁感慨，小兒真是身在福中不知福，正是「入寶山而空手回」。

本人是一位金融電腦系統的軟件工程師，從事股票、期貨交易、交收系統等的設計及開發工作超過二十年。我們從事系統工作的，都知道一個卓越成功的系統，必須要有「硬件」及「軟件」配合，（即一些客觀環境加上主觀運作要求的配合），才能有效的運作。

回到「田中」這話題，「校園」就是它的「硬件」，「教職員及行政運作系統」就是它的「軟件」，我們可以從這兩方面看出「田中」的優勢。

在硬件方面，「田中」有一個偌大的校園，不但環境清靜，學習、休憩、運動、消閒的場地，一應俱全。設備如電腦、音樂器材、投影機等亦十分充足，資源可謂豐富齊全，對學生在校內的學習及生活的幫助至為巨大。

在軟件方面，「田中」老師的質素是有目共睹的，除了各教學經驗豐富的老師外，還有很多充滿教學熱誠的校友回校任教，教學質素相當有保證；在學生適應及學生輔導方面，「田中」都有恆常穩妥的安排，例如新生訓練營、學習奮進班、雙班主任制等等，使得同學們互勵互勉，融洽相處，專注學習；還有一群無私奉獻的家長義工們對學校默默支持，舉辦及參與各式各樣的活動，如親子旅行、學術周文化攤位、敬師日送禮等，使同學們的校園生活更加精彩和充實。

另外，根據珀橋所說，他所接觸過的老師都很是和藹可親，經常自掏腰包，購買禮物或食物，獎勵表現優秀的學生。老師們更願意犧牲私人時間，替學生們補習功課，或與學生一起參與活動，如全班一同看電影、參與校外機械人比賽等等，可謂無私奉獻，其教學的熱誠，實在令人讚賞及佩服。

綜合以上各點，我認為「田中」是一個福地寶山，同學們應該儘量善用「田中」的優勢及資源，發揮自己的潛能，爭取理想的學業成績，達成人生的目標，貢獻社會。

2021-2022年度第二十屆家長教師會執行委員會名單

	家長委員	教師委員
會長：	—	陳雨瀚校長
主席：	任玉娟女士	—
副主席：	陸耀東先生	陳韋丞老師
司庫：	陳春柳女士	姚慧雅老師
秘書：	高希妍女士	鄺紹雯老師
聯絡及總務：	黃朝燕女士、許評評女士	廖麗明老師
康樂：	李文輝先生、游玉珍女士	張傲昕老師
編輯：	劉麗紅女士、王柱樑先生	彭勁老師
委員：	吳慧琳女士、李倩儀女士、曾達麗女士	—

2021-2022年度 家長教師會活動回顧

(一) 家長教育：會員大會與家長講座

家教會會員大會 2021年11月



家長教育講座之『學海無『捱』』 2021年10月

家長教育講座之『高效溝通有助提升親子關係』 2022年3月

家長教育講座之『家長齊上網』 2022年6月

(二) 家校合作：同心協力，共創優質全人教育

家長積極參與田中活動

敬師日 2022年6月



學校活動家長義工

中六統測家長監考
2021年11月

甄選午膳供應商試飯
2022年5月



買賣舊書活動
2022年8月



舊校服送贈活動
2022年8月



2021-2022年度家長義工名錄

上學期中六 統測監考

曾達麗女士
黃素玲女士
關惠靜女士
尹子茵女士
王曉萍女士
任玉娟女士
吳慧琳女士
吳麗芬女士
張 群女士
李倩儀女士
林玉婷女士
徐郁麗女士
高鳳儀女士
張碧儀女士
張麗明女士
梁永音女士
郭小華女士
陳春柳女士
陳訓玲女士
陳藹珊女士
陸耀東先生
黃湘泉女士
程彩霞女士
黃玉萍女士
黃勝輝先生
趙嘉盈女士
劉麗紅女士
潘穎怡女士
譚惠嫻女士
龔雙雙女士

12月試飯 活動

曾達麗女士
任玉娟女士
李征惠女士
李倩儀女士
林玉婷女士
梁笑頤女士
陳秀榮女士
陳春柳女士
游玉珍女士
馮婷婷女士
黃朝燕女士

舊校服送贈 活動

李倩儀女士
林玉婷女士
陳春柳女士
游玉珍女士
黃朝燕女士

手工攤位

李倩儀女士
陳春柳女士
游玉珍女士
黃朝燕女士
* 楊德嫻女士
* 盧海娥女士

家教會壁報

王柱樑先生
游玉珍女士

午膳供應商 (試飯大會)

任玉娟女士
吳慧琳女士
李倩儀女士
李麗丹女士
林玉婷女士
陳春柳女士
傅錦嫦女士
游玉珍女士
馮文德先生
羅雪芬女士

優秀義工獎

李倩儀女士
曾達麗女士
高希妍女士
李文輝先生
許評評女士
游玉珍女士
陳春柳女士
黃朝燕女士
劉麗紅女士
陸耀東先生
王柱樑先生
任玉娟女士
吳慧琳女士

義工獎

梁笑頤女士
王曉萍女士
龔雙雙女士
黃湘泉女士
林玉婷女士
馮婷婷女士
馮文德先生
陳藹珊女士
李麗丹女士
陳秀榮女士
黃勝輝先生
譚惠嫻女士
尹子茵女士
張麗明女士
黃素玲女士
黃玉萍女士
關惠靜女士
徐郁麗女士
吳麗芬女士
羅雪芬女士
傅錦嫦女士
程彩霞女士
趙嘉盈女士
李征惠女士
高鳳儀女士
梁永音女士
張碧儀女士
郭小華女士
潘穎怡女士
張 群女士
陳訓玲女士

* 特別鳴謝 畢業生家長 楊德嫻女士、盧海娥女士

特此鳴謝 各位家長擔任上述活動義工，如有遺漏，懇請見諒！