

2023-2024



第二期

保良局唐乃勤初中書院 家長教師會

學會 欣賞

會 訊

The Power of Appreciation: Learning to Value and Respect Others

Appreciating others is a fundamental quality that enriches our lives and build strong, positive relationships. When we take the time to genuinely recognize and acknowledge the qualities, efforts, and contributions of others, we cultivate a culture of kindness, respect, and gratitude.



Principal's
Message

Appreciating others goes beyond a mere expression like 'thank you'; it involves recognizing and appreciating the inherent value and worth of individuals in our lives. By practicing appreciation, we not only uplift and affirm others, but we also strengthen our connections with them. This act of showing genuine appreciation has the power to boost morale, ignite motivation, and create a positive and supportive environment for all.

When we appreciate others, we not only make them feel valued and respected, but we also experience personal benefits. Through the practice of appreciation, we can build stronger relationships, foster trust, and encourage mutual respect. Furthermore, we can create a positive and supportive community where everyone feels recognized and valued. By fostering a culture of kindness and gratitude, we can inspire a ripple effect that extends to those around us.

Learning to appreciate others is a valuable skill that profoundly impacts our lives and the lives of those we encounter. By recognizing and valuing the qualities and efforts of others, we can create an inclusive, supportive, and harmonious community where everyone feels seen and appreciated. Let us all make a conscious effort to show gratitude and appreciation towards others, not just today, but every day. Together, we can spread kindness and positivity within our families, schools, and communities.

家長教師會主席楊寶欣女士

現今社會很多人都忘記了什麼是欣賞，整天只會活在埋怨當中，其實心態能改變一個人的生活態度。

以我們經常接觸的學校為例，有人或許會覺得我們的校長太嚴肅、規矩太多太嚴謹、學生職務和活動太多等等，但在我的角度，我看到的是他只是認真工作，處事態度一絲不苟；規矩多和嚴謹只是想培養學生有良好的品德；學生職務多是為了培養同學對學校的歸屬感；活動太多只是為了發掘學生的潛能，讓學生有多元發展的機會，發揮所長。

其實凡事都有兩面，看你選擇用哪一面去看待每個人或每件事。如果用埋怨的態度，在你的世界裡只有黑暗；如果用欣賞的態度，在你的世界裡就會充滿色彩。



家長教師會副主席關翠雲女士

想學會欣賞，首先便要知道何為欣賞。欣賞是一種對人或事物的觀察和認可。在觀察的過程中，你發現了他們的獨特性或能力，然後給予肯定。學會如何觀察他人是學會欣賞的第一步。觀察得越多，你對他們的行為就越熟悉，便能找到更多值得欣賞的地方。

然而，人需要拿捏欣賞與妒忌之間的尺度，兩者之間可謂只有一線之隔。一個不留神，便會由杜甫及李白這樣的詩人之間的互相欣賞，轉為周瑜說出「既生瑜，何生亮」般的嫉妒。欣賞過頭，便是妒忌。因此，我們必須學會如何恰如其分地欣賞他人，既能表達我們的認可和讚賞，又不至於產生負面情緒。

學會欣賞不僅僅是對他人的認可和讚美，更是一個自我提升和學習的過程。通過欣賞他人的優點和長處，我們可以吸收新的知識，增加自己的技能，提升個人修養。這對個人成長有著莫大的裨益。

此外，懂得欣賞也能夠創造一個更加和諧、積極的環境。當我們習慣於欣賞和肯定他人時，我們會發現周圍的人也會變得更加正面、樂觀。這是因為欣賞具有一種感染力，能夠激勵和鼓舞他人，使人們更加努力地追求自己的目標。

總的來說，學會欣賞是一項重要的人生課題。它不僅能夠幫助我們建立良好的人際關係，提升自我修養，還能為我們的生活帶來更多的正能量。因此，我們應該時刻提醒自己，多去觀察、發現和欣賞生活中的美好事物，讓欣賞成為我們生活的一部分。只有這樣，我們才能夠真正享受生活，活出精彩而富有意義的人生。

家長教師會出版周淑芬女士

Learning to appreciate life is part of your personal journey. Why not make appreciation your habit? Let me share a story to illustrate the power of appreciation. Once upon a time, there lived an incredibly rich but unhappy old man. Despite all his wealth, he couldn't seem to find true happiness. One day, he stumbled upon an angel who seemed to be waiting for him. The old man approached the angel and asked him about the meaning of happiness.

The angel replied, "Have you ever tried to appreciate your life? Start by listing one thing you appreciate each day, and you will see the difference!" He decided to start exploring the people in his life whom he could express gratitude to. He realized that by acknowledging and appreciating the acts of kindness, support, and contributions that others made, he could start feeling better. As he continued this practice, the old man started writing notes to the people he appreciated. This simple act of expressing gratitude brought a wave of positivity into his life. The feeling of appreciation not only made him feel happy but also inspired others around him.

Over time, the old man's habit became ingrained. One morning, he looked into the mirror and noticed something remarkable - instead of his usual misery, he saw a smile spreading across his face. This practice of appreciating life had transformed the old man's perspective. He discovered that true happiness came from appreciating the simple pleasures of life, the people around him, and the countless blessings he had been fortunate enough to receive.

So, my advice to you is to consider making appreciation a habit. Start by listing one thing you appreciate each day, and you will see the difference it brings to your life. And who knows, perhaps one day, you will look in the mirror and find yourself with a radiant smile.

家長教師會財務林素儀女士

欣賞自己.....欣賞自己.....欣賞自己.....重要的事情要說三遍。

誰不懂得欣賞自己？我相信每個人內心深處也是懂得欣賞自己的。但究竟怎樣欣賞自己呢？你們會問會答這個問題嗎？我看過一個中學生的文章，她說欣賞自己可以分成欣賞外在的自己和內在的自己，大家認同嗎？

芯芯每天起床都會對著鏡子大笑、微笑、淺笑……傻笑後總會感覺精神充沛，覺得今天的自己一定比昨天好……對了，欣賞自己重要嗎？

子傑看到閨密在戲弄、取笑一位身材肥胖的同班同學，他立即上前用手搭著閨密的膊頭，要他陪自己去小食部買零食。這時閨密也自然地跟他離開了，留下差點流淚的同學望著他們的身影離去。其實那位同學時常分享零食給我，我會不會有一天也會跟他一樣胖？我跟他其實也是好朋友……子傑一邊走一邊說著，看到閨密面紅耳赤的樣子，子傑心裡漸漸地浮現幾個字：曄……高招拆招，自己真聰明！

欣賞自己非常重要。懂得欣賞自己外在的人，簡簡單單就能把自己的自信增加千萬倍。有自信的人，做什麼事也能有足夠的信心處理，事半功倍，長大後在職場也可發光發亮，回饋社會，成為一個有用的人，父母也會因此感到安慰。

懂得欣賞自己內在的人，不僅可以幫助自己，還能幫助別人，魅力值也會上升，朋友滿天飛。現在相信大家也會從內心深處表露出自己的優點吧！欣賞自己……時常欣賞自己……懂得欣賞自己……給自己點個讚吧！

家長教師會聯絡尹熾琪女士

欣賞是一件很美好的事情，它可以讓你眼界大開，生活愉快，生命充實。學會欣賞他人，你會很多朋友，增加更多的話題及知識。學會了欣賞，更可以增進親子之間的關係。

兒子放學回家，很高興地告訴我今天與之前不喜歡他的同學和解了。原來學校今天有個合作活動，經過合作後發現大家話題相同。經溝通後明白了之前的問題只是誤解。經過這件事後，大家更互相欣賞彼此待人之寬容，而成為好朋友。

學校為了讓學生更有效學習及在不同層面上學習，提供各類學習模式。在課程設計及課外比賽上用盡心思，校長更盡力每次都參與其中，為學子給予信心與支持。我真心欣賞及感謝校長無私之奉獻，他的身體力行為學生樹立了一個模範的典範。

IB Jake Lo

A common question that teenagers ask themselves is, "What can I do to improve myself?" Let's remember that everyone goes through this period, and it is perfectly normal. It's important to focus on developing your own skills and interests and identifying your strengths and weaknesses, rather than comparing yourself to others. Setting goals and striving for personal growth is a great way to improve yourself and build your confidence. Most importantly, learn to appreciate yourself to become a better person.

2A班 譚筱耀同學

我們要懂得欣賞、學會欣賞和運用欣賞。在我們的人生中，有很多東西值得我們欣賞，但我們卻總是缺乏欣賞它們的眼睛。環顧四周，其實有太多的東西需要我們去欣賞。

欣賞成功——每當你成功的時候，你的內心一定會有一種興奮的情緒。成功是值得慶祝的，這是一種你盼望的美好感覺。然而，當你去欣賞成功時，你會發現成功並不是結束，而是挑戰的開始，成功其實是無止境的。它催促你進步，催促你奔向前方，迎接更多的成功。

欣賞失敗——你會發現這次挫折算不了什麼。沒有一次又一次的失敗，發明家怎麼能透過一次的失敗研究出越來越多可靠的發明呢？如果失敗不重要，它怎麼可能是成功之母呢？如果一個人不能忍受失敗，他又怎麼可能會成功呢？當我們失敗時，我們不應該感到沮喪，而應該感激它，因為它會告訴你你的不足之處，並讓你明白需要改善什麼。

欣賞放棄——當我們用一種平常的角度去看待放棄時，你會發現放棄後根本沒有希望。而當我們用欣賞的角度看待它時，你會發現放棄也是一種可以把握成功的機會，因為它讓你有機會尋找更多更好的機會。

3A班 陳鍵濤同學

學會欣賞是一種美妙的心態，它讓我們能夠從生活中的點點滴滴中發現美的存在。欣賞使我們對於身邊的事物和人更加敏感，讓我們能夠感受到生命的豐富和多彩。

當我們學會欣賞時，我們會更加懂得感恩，對於所擁有的一切心存感激。我們會欣賞身邊的家人和朋友，感謝他們為我們帶來的關愛和支持。我們會欣賞大自然的美景，感受到自然界的神奇和偉大。我們會欣賞生活中的小確幸，例如一杯熱騰騰的咖啡、一本喜歡的書或是一段美好的回憶。當我們懂得欣賞，我們就會發現生活處處都有值得感恩的事情。

欣賞還能提升我們的快樂感和幸福感，讓我們能夠更加樂觀地面對困難和挑戰。當我們遇到挫折和失敗時，如果我們能夠欣賞自己的努力和進步，就能夠更快地從低谷走出來。當我們面對壓力和困難時，如果我們能夠欣賞生命中的美好，就能夠保持積極向上的態度。欣賞能夠讓我們更加享受當下，活在當下，而不是總是為過去的遺憾或未來的擔憂而煩惱。透過欣賞，我們能夠開闊視野，提高品味，並與他人建立更深層的連結。當我們學會欣賞不同的文化、藝術和風格時，我們就能夠擴展自己的眼界，豐富自己的內心世界。當我們欣賞他人的優點和長處時，我們就能夠建立更加真摯、深刻的人際關係。欣賞能夠讓我們更加包容、理解和尊重他人，從而創造一個更加和諧、友善的社會環境。

2B班 麥詠琳同學

欣賞雖然只是一個普通的動詞，但是我覺得學會欣賞，是人生的一門必修課。欣賞大自然的美景，可以陶冶我們的情操；欣賞人世間的美德，可以淨化我們的心靈；欣賞別人，可以讓自己找到榜樣；欣賞自己，可以使我們對生活充滿自信……

人們總是喜歡別人為自己獲得成功而歡欣喝采，認為那是無盡的享受。其實欣賞別人，也是一種享受，更是一種智慧，一種美德。當你看到同學通過刻苦學習取得好成績時，當你看到別人經過百般艱辛獲得了成功時，如果你嫉妒別人，心裏就會難受，從而影響了自己的進取。如果你全身心去體會別人成功的喜悅，你不但可以快樂着別人的快樂，幸福着別人的幸福，而且可以借鑒榜樣的作用，不斷提升自我，完善自我，還可以增加彼此間的友誼。何樂而不為呢！

其實欣賞一個人或一件事、一處景物，並不需要那麼充分的理由和條件，只要你願意欣賞、學會欣賞就是最好的理由和條件了。讓我們一起去學會欣賞吧！學會了欣賞，就等於理解了人生的光明。學會了欣賞，是對別人的尊重，也可以讓自己內心充滿愛，既悅人又利己。學會了欣賞，就可以吸取別人的長處，就可以改變自己的命運，使自己變得更加優秀。

我們要懂得欣賞、學會欣賞和運用欣賞。在我們的人生中，其實是有很多東西值得我們欣賞的！

2B Chan Yuen Yan Rose

Appreciation is the recognition of what a person is fully worthy of and a feeling of gratitude. For example, you can say "I appreciate it" instead of "thank you." It conveys the idea that you are truly thankful for what the other person has done. Appreciation is similar to respect but is different in many ways. Appreciation is an expression of gratitude of some sort. You are glad about someone or something's existence if you appreciate it. Respect can exist without any sense of warm feelings or gratitude. It just implies a recognition of a quality in actions or speech. It is possible to respect one's enemies but at the same time not like them or feel grateful to them.

To learn to appreciate means to notice, try to understand, and savour the positive value of a person or a thing or object. It is very important in our lives as it can help us recognize the worth and importance of ourselves and others. It can also make us feel more positive in life and give us a sense of motivation to keep going.

3D班 朱子晴同學

現代生活繁忙，人們總是會忽略身邊的人和事，也沒有時間停下來去欣賞身邊的事物，漸漸地便不懂得欣賞了。我也開始不懂得欣賞自己，而我透過河溪裡的一條魚，重新學會了欣賞。那一天，我陪朋友上山。朋友擔心我只顧玩手機，所以提前收起了我的手機，只允許我帶一部相機拍照。

當我們到達山腰時，已經疲倦不堪，所以決定在一條小溪附近坐下休息。我看見小溪裡有一群色彩繽紛的小魚在追逐，但尾隨著一條平平無奇的魚。牠並沒有融入魚群，而是水裡自由自在地游泳。我被那婀娜多姿的泳姿深深吸引了。牠並沒有因為自身的平凡而感到羞恥，而是大大方方地展示自己最優秀的一面。

這條小魚讓我學會了欣賞自己，不要因自身的平凡而感到羞恥。每個人都是獨一無二的，各人都有自己的優秀之處，只要學會發揮所長，總有一天會發光發亮。

3D班 李易芯同學

學會欣賞是一件說來容易，實踐起來卻十分困難的事情。特別是在這個發達的現代社會，大多數人都在家、學校或公司兩點一線間奔波，每天都處於一個「有空會無聊、沒空會生病」的狀態下，連吃飯都是匆匆忙忙，更別提學會欣賞了。然而，我們應該抽出時間去欣賞這個世界，去發現這個世界的美好。

學會欣賞生命，欣賞生命的多樣性。我家附近有一棵從不開花的桂花樹，其他桂花樹都散發著淡淡的清香，枝頭掛滿了綠葉襯托的花朵，而它卻永遠那麼「與眾不同」，既不開花，也沒有花香，樹上只有滿滿的綠葉。起初我並不理解它，但在它身旁生活了十多年後，我慢慢地欣賞起它來，發現它正在以自己的方式活出生命。

學會欣賞別人的長處，不要總是盯著別人的缺點不放。我原本很不喜歡一位同學，他說話大聲，滔滔不絕，吵吵鬧鬧，還總是跑來跑去。但相處久了之後，我發現他其實為人爽朗，健談，而且熱心助人，原來他一點也不討厭。

學會欣賞，就能夠發現那些被「偏見」掩蓋的美好；學會欣賞，就能夠將世間萬物的長處慢慢轉化為自己的優點；學會欣賞，不僅能夠悅人，也能夠利己。學會欣賞百利而無一害，即使很不容易，我們也應該花時間去慢慢學習。

潤唇膏工作坊 (1-2-2024)



家長認真地學習製作潤唇膏的方法



家長完成潤唇膏後留影



完成潤唇膏後的大合照

盆景工作坊 (2-3-2024)



完成盆景作品後的大合照

親子叉燒、 豆沙燒餅製作工作坊 (23-3-2024)



兩校家長及學生認真地學習製作叉燒的方法



導師個別示範製作豆沙燒餅的方法



家長及學生製作叉燒時的留影



家長及學生製作豆沙燒餅時的留影



家長及學生完成叉燒後的留影

皮革銀包製作工作坊 (10-4-2024)



家長認真地學習製作皮革銀包的方法



家長手持皮革銀包的合照



家長的皮革銀包作品

家長與校長真情對話 (11-5-2024)



出席者：
黃仲奇校長、邱萬光校長(莊預)、
雷皓婷主任(莊預)、
趙敏明副校長、
梁佩芬助理校長、
裘俊明助理副校長、
關兆明助理副校長、
黎俊輝協理校長、
楊永成協理校長

家長:-

家長可以怎樣管教及幫助性格較反叛的孩子？

裘俊明助理副校長：

- 初中學生正踏入青春階段，容易受朋輩文化的影響，再加學生太容易接觸互聯網上不良的資訊，學生的性格會出現變化，開始浮現自己的個性。
- 教育是有人的工作，每個學生的性格、氣質、家庭背景都不同，每個學生都是獨一無二的，所以學校會就每個學生的不同需要而個別關顧。
- 面對性格較反叛的孩子，家長應與學校緊密合作，建立一致的教育理念，循循善誘，因材施教。透過耐心的溝通、關愛和引導，幫助孩子建立正確的價值觀，健康成長。家校攜手，定能讓孩子重新找到正確的人生方向。

家長:-

孩子的英語基礎較弱，請問有什麼方法可以讓孩子增加對學習英語的興趣，從而更有動力去學好英文？學校又有什麼措施去幫助成績稍遜的學生？

楊永成協理校長：

- 英文科因應各班別學生的能力設計了不同程度的工作紙及教材，以照顧學習上的不同需要；
- 教務組於平日放學後會安排主科的補課班，星期六亦有給中一及中三級學生的額外補課，期望能協助學生打好英文基礎；
- 在其他學科方面，我們會在網上學習資源庫補充一些生字和一些參考影片，幫助學生適應；
- 平時老師亦會透過moxo及課後的小組支援跟進學生的學習情況；
- 家長在家中亦可利用科技及較輕鬆的方式，例如使用ChatGPT軟件、網上平台及應用程式，甚至親子一同觀看英語劇集或影片時，鼓勵小朋友一同學習語言。

23/24年度執行委員會

職位	主席	副主席	財政	文書	康樂	聯絡	出版
家長委員	楊寶欣女士	關翠雯女士	林素儀女士	陳訓強先生	朱路青女士	尹熾琪女士	周淑芬女士
老師委員	/	馬啓星老師	鄭旭老師	陳漢成博士	黃凱宏老師	郭子傑老師	潘斯斯老師

家長教師會23/24年度收支表

		家庭與學校合作活動資助			截至20/6/2024	
		活動 (1)	活動 (2)	經常津貼	HSBC	Balance
		\$0.00	\$0.00	\$40,074.80		
		\$10,000.00	\$10,000.00	\$5,978.00		
01-Sep-23	22/23學年結餘					\$54,551.44
05-Sep-23	郵寄結單費用(9月)				(\$20.00)	\$54,531.44
06-Oct-23	郵寄結單費用(10月)				(\$20.00)	\$54,511.44
23-Nov-23	聯校家教會親子活動收入 I				\$9,424.00	\$63,935.44
27-Nov-23	聯校家教會親子活動旅行社支出				(\$26,160.00)	\$37,775.44
01-Dec-23	聯校家教會親子活動禮物支出				(\$822.00)	\$36,953.44
05-Dec-23	郵寄結單費用(11月)				(\$20.00)	\$36,933.44
12-Dec-23	聯校家教會親子活動收入 II				\$974.00	\$37,907.44
12-Dec-23	23/24 家教會會費				\$13,770.00	\$51,677.44
05-Jan-24	郵寄結單費用(12月)				(\$40.00)	\$51,637.44
22-Jan-24	PTA Newsletter			(\$4,800.00)		
04-Feb-24	家長日講座	(\$5,000.00)				
26-Feb-24	PTA Newsletter 投稿費券				(\$400.00)	\$51,237.44
01-Mar-24	家教會潤餅製作坊支出		(\$2,670.00)			
01-Mar-24	家教會盆景工作坊支出		(\$2,508.00)			
03-Mar-24	物資：水		(\$192.00)			
05-Mar-24	郵寄結單費用(3月)				(\$20.00)	\$51,217.44
23-Mar-24	親子叉燒、豆沙燒餅製作坊支出		(\$2,037.70)			
10-Apr-24	聯校皮革銀包工作坊支出		(\$2,575.00)			
30-Apr-24	郵寄結單費用(4月)				(\$40.00)	\$51,177.44
06-May-24	郵寄結單費用(5月)				(\$20.00)	\$51,157.44
09-May-24	莊預家教會親子活動收入				\$22,574.00	\$73,731.44
14-May-24	22/23 中三惜別會禮物支出				(\$4,200.00)	\$69,531.44
22-May-24	深水埗傑出家教會報名費				(\$250.00)	\$69,531.44
		\$5,000.00	\$17.30	\$41,002.80		
			home-school funding	\$46,020.10	HSBC	\$69,531.44

編輯成員名單：

潘斯斯老師
家教會委員周淑芬女士

鳴謝：

黃仲奇校長・家教會主席楊寶欣女士・家教會副主席關翠雯女士
家教會委員周淑芬女士・家教會委員尹熾琪女士・家長教委員林素儀女士
1B Jake Lo・2A 譚筱耀・2B Chan Yuen Yan Rose・2B 麥詠琳
3A 陳鍵湊・3D 朱子晴・3D李易芯・Ms Janie

