

拓恩

109^期
09.2026

廉政公署德育期刊



‘點滴幸福’

拓思

《拓思》德育期刊，讀者以中、小學及幼稚園老師為主要對象，每期均探討不同德育課題，內容理論與實踐並重，供前線教育工作者作為品德教學參考之用。

編者的話

九月，是莘莘學子結束悠長暑假，回到校園的日子，心態上亦要從輕鬆愉快的心情調整過來，以積極認真的態度處理個人、學業、社交等種種挑戰，當中難免會感到壓力，甚至挫敗。第109期《拓思》的主題是「點滴幸福」，希望透過正面、具啟發性的文章，鼓勵教師引導學生在日常生活中尋找讓自己快樂的人和事，學習欣賞自己和身邊的事物，培養一顆懂得感恩與珍惜的心，累積一點一滴屬於自己的幸福。

名譽顧問

麥偉強先生
廉政公署
社區關係處處長

程介明教授
香港大學
榮休教授

李榮安教授
新加坡成人學習學院
前任院長

執行編輯

廉政公署
社區關係處青年及德育組

編輯委員會

徐葉慧蓮博士（主席）
香港教育大學
宗教教育與心靈教育中心
名譽特別顧問

馬鎮梅女士
英華小學
創意及出版總監

陳志邦博士
香港中文大學商學院
副教授

游欣妮女士
宣道會陳朱素華紀念中學
圖書館主任

司徒瑞萍女士
東華三院洪王家琪幼兒園
校長

張志儉博士
香港大學教育學院
榮譽助理教授

黃靜雯博士
中華基督教會基灣小學（愛蝶灣）
校長

徵稿

- 凡與中、小學及幼稚園德育工作有關的文章（包括教學心得、感受分享、德育資訊介紹、校園生活趣聞等）一律歡迎，文章字數請勿多於八百字。
- 來稿請附姓名、地址及聯絡電話。
- 稿件恕不退回，編者對來稿有刪改權。
- 來稿請寄：北角渣華道303號8樓廉政公署社區關係處青年及德育組。（電話：2826 3374）

- 本刊所載的文章純屬作者個人意見與觀點。
- 版權為廉政公署所有，學校可翻印作非牟利教學用途，但必須清楚註明作者及其出處。



幸福，在轉角遇見

陳智思先生

P.04

拓思交匯點

- 04 ● 幸福，在轉角遇見
陳智思先生
- 08 ● 從照片中發現幸福
何紫薇女士
- 12 ● 「窮」開心
葉維昌先生
- 16 ● 有一種幸福，叫勉強有幸福
張熙正副校長
- 18 ● 點滴幸福 · 深遠祝福
鄭樂希、蘇子軒、石軒甄、張美琳、
王梓桐、劉玉潔、歐聿之、游欣妮老師
- 22 ● 漫畫 - 一顆星星的重量
關海泓老師

教室密語

- 24 ● 「式宏家」的靜觀文化
周麗嫦副校長
- 26 ● 點滴幸福，藝術綻放 —
以藝術營造學生幸福感的
教育
鄭啟德老師

輔導心聲

- 30 ● 快樂是選擇
郭慧君姑娘
- 33 ● 讀者回應（選錄）

廉署動態

- 34 ● 港澳兩地誠信教育交流
- 36 ● 《小啡豆周圍走 — 遊學團篇》
德育繪本
廉政公署「菁英誠信領袖計劃」

「窮」開心

葉維昌先生

P.12



幸福， 在轉角遇見



新的學年又開始，每當這時看著莘莘學子回到學校，我的思緒總會不期然回到徹底改變我人生與處事態度的那一年。故事要從我剛踏入美國的大學校園、對未來滿懷憧憬的那年說起。那時我選修經濟，計劃要多參與運動和學生活動，過一個多采多姿的大學生活。然而，一場突如其來的持續頭痛，徹底改寫了我想像中的人生劇本。



校醫起初以為只是高血壓，開了一些藥物給我。但服藥後頭痛依舊，數個月過去，情況毫無好轉。接着便是四處求醫，做各種檢查，最終確診患上罕見的高安氏動脈炎，為一種罕有的血管收縮疾病。醫生告訴我，這病無法治癒，將伴隨終身，必須長期服藥，並可能要面臨多次手術；另外，由於血管阻塞引致供血至腎減少，以致腎功能只剩一半，隨時有生命危險。

那一刻，我腦袋一片空白，不知該如何反應。起初，我不敢對未來做任何規劃，也拒絕接受自己是一個「病人」；我逃避現實，甚至不想接受父母的陪伴與照顧。更覺得命運極不公平：為甚麼偏偏是我？

那段日子，我頻繁進出醫院，先後經歷二次腎臟的動脈搭橋手術。而因為通往腦部的血管也阻塞了九成，所以也做過一次血管接駁去腦部的搭橋手術。在醫院進進出出的日子裏，我曾極度消極，覺得自己是無用之人，被困在病痛中，看不見前路，一絲快樂也感受不到。更煎熬的是，我必須面對無盡的不確定性，頻繁的覆診，每六個月做檢查以確定自己還能再活六個月。

（相片由作者提供）



但漸漸地我明白到，疾病本身是一回事，但如何看待這場病、如何與它共處，卻是自己的選擇。這個領悟來得很慢，我花了將近十年，才終於克服否認、恐懼、焦慮的過程，並接納這個事實——這病會一輩子跟着我。我可以在悲觀中自暴自棄，也可以換個角度，活得更有意思。

因為病情，我無法正常回校上課，原本修讀的經濟科也無法繼續。為了取得足夠學分畢業，我只好轉修藝術，並非出於對藝術的熱愛，純粹是因為這門學科彈性較大，不必經常到校，有些學分還能在家完成。老實說，與班上的同學相比，我沒有深厚的美術底子；我唯有 Think outside the box（跳出框框）、獨創「塗改液點畫」風格。也正因為這與別不同，反而讓我的畢業展覽吸引了不少人的好奇與興趣。

這段經歷教會我一個影響我人生的道理：視角不同，世界就不同。如果你繼續在消極思緒中，你會一直困在原來的框框內。但一旦你改變視角，自然會有新方向，許多新的機會之門就會為你打開。其實，這些機會之門一直都在那裡，只是你因為困在消極的思維模式中而看不見。後來，我把這套思維應用在企業管理、公職和日常挑戰上。





在我年輕的年代，社會上大多數人認為修讀經濟商科才是最實際有用的學科；主修藝術的我可說是異類。可是，藝術不只讓我順利畢業，在多年後悄然為我帶來不少新機會；更教會我用創意面對人生。當初那個我以為只是「妥協」而選擇的學科，最後竟成為我重要的背景。一些我曾經或現時正擔任的公職包括古物諮詢委員會主席、香港故宮文化博物館主席、西九文化區管理局董事局主席等等，多多少少都與我那個「無心插柳」的藝術學位有關。

人生其實很難也根本沒法算得太精準，就像現在的人工智慧時代，誰說得清甚麼學科才叫有出路？年輕人倒不如選擇自己感興趣的科目，用心去學習。通過努力學習及與同學交往互動，培養同理心及待人處事等良好品德。這些寶貴價值無論是在職場及往後的人生都非常重要，更是人工智能不可替代的。

今天，每當我在工作或生活上面對困難，我都會想起當年在病房的自己。那時候我以為人生只剩一條 dead end，但當我終於願意轉身，才發現四面八方都是路。我用了十年才學會這件事。人生總是充滿挑戰，難以一帆風順。當上帝關了一扇門，必會再開另一扇窗。我學會了面對、珍惜和感恩，這也是我幸福快樂的泉源。

在新的學年，同學們在面對新的課程、不同的課堂，在學習或與同學相處上或許會面對困難，感到壓力。但只要不放棄，換個角度或方法嘗試，我相信最終會找到出路，找到自己的熱愛及幸福快樂。



編者按：

陳智思先生現職亞洲金融集團主席兼總裁及亞洲保險主席；並同時為泰國康民醫院大眾董事、盤谷銀行（中國）顧問。陳先生一直熱心公共事務，現為西九文化區管理局董事局、團結香港基金、大館文化藝術有限公司、香港地方志中心及香港泰國商會主席，亦曾任全國人民代表大會代表、香港特別行政區行政會議非官守議員召集人、立法會議員等公職。教育方面，陳先生先後獲嶺南大學、香港城市大學、香港公開大學（現為香港都會大學）、香港浸會大學及薩凡納藝術設計大學頒授榮譽博士學位。

從照片中發現幸福



拍照對於生活在今天的我們，是平常不過的事情。在這個數碼影像泛濫的時代，隨便舉起手機，就可以拍下各式各樣的內容，捕捉千姿百態的風貌。電子相片便於收藏，我們輕而易舉就擁有成千上萬張相片。然而，當影像變得廉價且唾手可得時，我不禁思考：多少人會仔細重溫自己拍過的每一張照片呢？

回望我的童年，那是個尚未發明手機、連數碼相機都未盛行的年代。當時的拍攝工具就只有沉甸甸的照相機，每一張照片的誕生，都始於小心翼翼地放進一卷菲林。用完後拿去沖晒店，必須等上一段不短的時間，才終於可以看到拍出來的影像。在那時候，拍照是一件要花錢和等待的事情。因此，我們只有在特別的日子，在閃閃發亮的時刻，才捨得拍照留念。這種儀式感，讓每一張留存下來的照片，都顯得彌足珍貴。



海灘上的童年印記

翻開斑駁的舊相簿，照片帶我回到那段珍貴的歲月。其中一張照片攝於香港某處海灘，雖無確切日期，但憑相中大概兩三歲的我，我知道是攝於 1970 年代。那日，父親帶我和哥哥到海灘，弟弟尚未出生。有趣的是，為何我們當日沒有穿上正式的泳裝呢？我推測，或許是出發前爸爸一時大意，忘記為我準備泳衣，看照片中爸爸穿的那條格子短褲，也不像是一條正式的泳褲。又或許，那日的行程並非精心規劃，而是興之所至踏進了水裡。生活有時隨心就愜意，不必拘泥於完美的計劃。看相中我們的笑容，就能肯定那次玩得很暢快。



（相片由作者提供）

照片中的哥哥笑得含蓄，他拍照時甚少咧嘴大笑，早早便展現出沉穩踏實的兄長風範。哥哥是個喜歡思考、富探究精神的孩子，在數理方面尤有天賦。成長路上，他教曉我許多課本以外的知識，對我而言，儼如爸媽以外的「第三個家長」，是我童年裡堅實的依靠。

那次海灘之行，母親並未同行。父母當年的工作極其忙碌，週末多是輪流帶我們出遊，一個大人照應兩個、甚至三個孩子（弟弟出生後）。唯有在新春拜年或中秋賞月等大日子，全家才會總動員。雖然沒有甚麼奢華的娛樂節目，但那份簡約的溫馨卻始終環繞我們一家。

回想父親當時在兒童圖書公司任職，業餘還在報刊寫故事，即便公事繁忙，他也總能忙裡偷閒陪伴我們。家庭生活不僅是他的避風港，更是他寫作靈感的泉源。在那個「男主外」的傳統年代，許多父親往往缺席於孩子的成長過程，而我卻擁有一位如此熱愛家庭的好爸爸，這份幸福感至今仍藏於我心。



四十年前的全家福

另一張照片帶我來到了 1980 年代初，大概是 1982 年的春節。相中的家人衣著整齊，客廳裡花瓶綻放著鮮花，洋溢著節日的喜慶氣息。

照片背景裡那部鋼琴，曾是我專屬的小天地。父親在琴上放了一個音樂家貝多芬像，既為居家增添藝術涵養，亦寄託了父親對我的期許。十歲那年我開始學琴，鋼琴這玩意在當時並不算普遍，這份機會實屬難得。然而，學琴之路並非一帆風順，我曾厭倦那些枯燥無味的手指練習曲，一心只想學簡單悅耳的樂曲。感恩父母對我沒有強硬地施壓，亦沒有讓我輕易放棄，而是耐心勸導，使我明白：那些練習曲是學琴的基本功，手指必須經過反覆鍛煉，才能靈活自如地在琴鍵上飛舞，彈奏出更高難度的動聽樂章。

照片中，弟弟緊緊摟著心愛的史諾比（Snoopy）這個小狗娃娃，它每晚陪伴他入睡，弟弟對它寵愛有加，常常又親又咬。雖然史諾比常被弄得髒兮兮的，甚至沾滿了弟弟的口水，但我不嫌棄，和弟弟一樣對它愛不釋手，經常摟著史諾比打鬧嬉戲，又為它配上聲音，讓它彷彿擁有了生命。

那時《花生》漫畫風靡一時，漫畫中有句經典名言：「幸福就是一隻溫暖的小狗！」（Happiness is a warm puppy）。這句話深刻地比喻了幸福的本質：快樂其實可以很簡單，就如擁抱一隻溫暖的小狗，觸手可及。幸福感亦可在不同視角下發現；當年彈練習曲是我的苦差，如今回頭細想，當時彈奏的其實是幸福的琴音。

總結

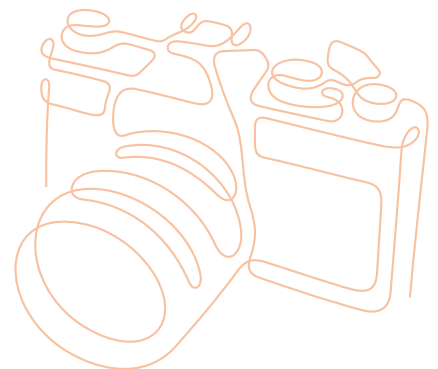
我的幸福在相簿中找到，你呢？你會用甚麼方式尋找幸福？

我相信，每個人都能從生活的剪影中，重新發現那些被遺忘的幸福。不妨現在就拿起手機，翻開那塵封已久的相片庫，發掘照片中未曾留意的細節，從中尋覓你的小確幸，感受那份專屬於你的溫情。



編者按：

何紫薇女士是兒童文學家何紫的女兒，現任香港兒童文藝協會會長，創辦「何止文庫基金會」傳承父親的文化志業。



「窮」開心



聯合國在三月發表的 2026 年「世界幸福報告」(World Happiness Report)，我們的香港在 147 個國家與地區中排行 90，跟中國內地的第 65 位，仍然偏低。香港人的幸福感或開心指數較低，其實不是單一調查報告的現狀。為何教育水平極高，物質生活相對豐富的香港人，在幸福開心這個命題上，會比很多不幸地區的人表現得相對「窮」呢？也許是我們自己已經不知道如何活得開心，如何可以給身邊人多些幸福感。

在過去一段於戰區或災區進行人道救援工作的日子裏，我經常驚訝，本該為生存而擔憂的當地人，卻偏偏展示最真誠的笑容和毅力。2016 年，我身處敘利亞及約旦邊境的難民營，當時正值敘利亞內戰的難民高峰期。在營裏的臨時學校，我遇見四位親兄弟，他們分別約六至十歲。當時四兄弟在同一班上課，三位哥哥都因為連年的戰火而被耽誤學業，而在難民營的學校，他們只能從弟弟的年級開始。如果換在香港的場景，延遲升學或者留級，是多麼嚴重的懲罰啊！四兄弟的母親，為了孩子的將來非常擔心，我相信小朋友也清楚自己在流離失所中經歷了些



（相片由作者提供）

甚麼。而哥哥也親自告訴過我：「與之前轟炸的日子相比，將來的不安，反而沒有甚麼可怕！」也許，有了信念，給了他一份安穩。有機會在課堂上學習，對他們四兄弟來說，已經是幸福的泉源。

離開中東，我搬到東南亞的馬來西亞工作及生活。大馬因為地域及穆斯林文化的背景，成為很多從孟加拉及緬甸逃難出來的羅興亞年輕人求生的目的地。羅興亞人是居住於緬甸西北部與孟加拉接壤地區的穆斯林民族。根據緬甸現行國籍法，羅興亞人無法獲得公民身份，而鄰國孟加拉也不承認他們。基於特殊的民族及宗教關係，經常發生回教及佛教社區的武裝衝突，導致該地區長期政局不穩，更不用說學業、事業、甚至經濟的發展。所以，為了一個更好的生存機會，很多羅興亞父母都會冒險，用盡方法籌集好幾萬港元，把年少的孩子交給「蛇頭」，希望他們可以偷渡到大馬、泰國及印尼。而在偷渡的路途上，少年們可能會遭遇到虐待、勞役、性侵、甚至海難。我就曾經在孟加拉灣海上，負責打撈拯救漂泊於海上的羅興亞年輕難民。總之，不走難，走也不容易。



經過這些苦難，大家很自然會覺得，羅興亞人的人生觀都應該悲觀絕望。大部分的他們，的確如此，但凡是總有例外。我在大馬生活時，曾在一個街角的理髮店裡，遇到一位貌似羅興亞人的年輕店員。在理髮間，我不禁問他是否羅興亞人。對於長期被人歧視身份的羅興亞人，他們一般都不敢正面回答。但當我告訴他，我曾經在羅興亞人聚居地「孟都」生活過，他的喜悅之情，不能再收藏了。他說，他從來沒有遇過外國人住過他的故鄉。我問他在吉隆坡生活可以嗎？他淡然回答：「過得去，不能說很好，但總算有了自己的事業和家庭，可以好好開展人生。」簡單幾句，從唏噓見到希望，我很高興他走出了自己的宿命。



去年，我再次回來香港，在大學工作。在與年輕人接觸的過程中，我見到他們對將來的期盼，但同時，很多同學在不期然之間都會問我：「Jason，我們可以怎樣生活得開心點？平時和朋友的吃喝玩樂，其實有點空虛。」同學們的提問讓我有點驚訝，我們的年輕人擁有很多，但這些「擁有」，彷彿沒法讓他們體會到生活中的美。



幸福快樂的方程式

我在世界各地見過的人和事，讓我思考到底幸福快樂的方程式會是甚麼。在高度商業發展的社會裡，人們總擔心是否「窮」。而這個窮是指經濟窮及金錢窮。但回顧我自身發展的過程中，我發現從小到大，我最擔心的「窮」是「經歷窮」、「體驗窮」。很老土的一句說話，「讀萬卷書，不如走萬里路」。當我遊歷了世界各地，體驗過不同的人生和事件後，我發現任何事情都會有出路，絕路反而是自己安排給自己的。在香港這樣的國際城市，大家每天都高速地過著「三角形」的生活，即是：家、學校／公司、回家，而很多時候我們都好像沒法從自己、朋友、家人或師長中找到如何過得幸福快樂的答案。

回望自己這些年的經歷，我不敢說我很開心，也不敢說我很富裕，但至少我不感覺孤獨，也感覺生活物資足夠。如果讓我回到 22 歲，我相信我仍然會做同一個選擇：離開銀行生活，踏上一條不一樣的人生路途。因為經歷和觀察，啟發了我如何去應對生活接踵而來的挑戰，而我也感恩一路上教導過我的世界各地的朋友，特別是那些在困難地方生活的同事和朋友們，豐富了我的「人生工具箱」，讓我在遇到人生難題時，總會找到參考的答案。有些時候，這個工具箱裡的智慧，比銀行帳戶裡的錢來得重要。

最後，我希望各位同學們都能建立起自己的「人生閱歷工具箱」。在遇到困難時，都會找到合適的參考答案，以及讓自己幸福快樂的方程式。畢竟，人生到了某些階段，答案是來自內在，而不是外人可以告訴自己的。

各位年輕人，加油努力成長！好好成為自己想做的一個人！

編者按：葉維昌先生大學畢業後在投資銀行任職，及後離職加入紅十字國際委員會，自 2011 年起成為派駐瑞士日內瓦、巴勒斯坦、敘利亞、阿富汗和緬甸等地的唯一香港人，負責前綫人道求援工作。2018 年，葉先生獲香港特區政府頒授榮譽勳章及獲選為十大傑出青年。



有一種幸福， 叫勉強有幸福

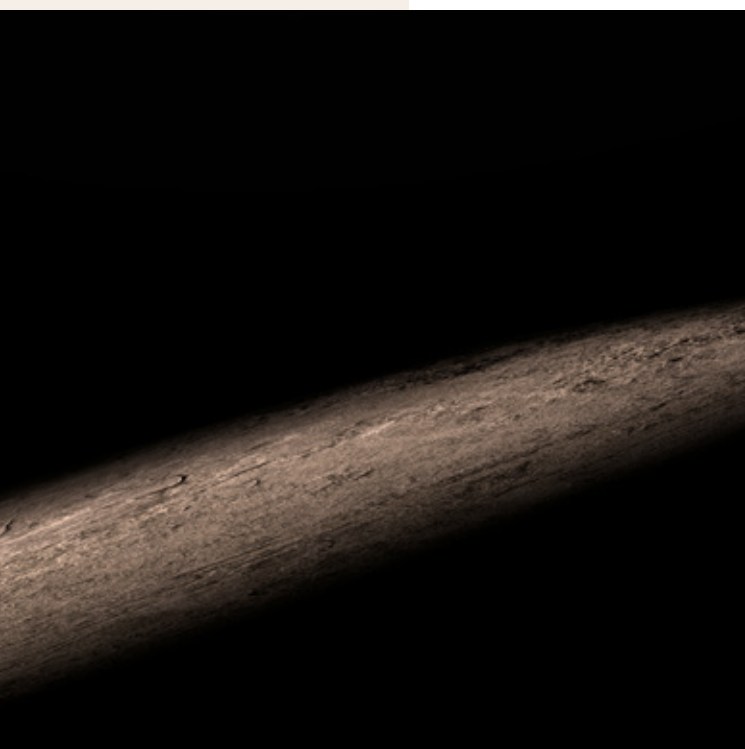


在城市的喧囂之外，校園的角落總顯得格外寧靜。然而，這種寧靜背後，往往隱藏著常人難以察覺的沉重與奮鬥。

在許多局外人眼中，任教特殊學校，是一份與「幸福」絕緣的工作。親友聚會時，總有人帶著憐憫的神色問我：「天天面對這些學習吃力，甚至連字都寫不好的孩子，心裡不覺得壓抑嗎？這差事太苦了。」他們看到的，是教學進度的緩慢與重複勞動的疲累；但我看到的，卻是另一種形態的生命光輝，以及那種被我稱之為「勉強有幸福」的點滴微光。

最近，我的教學生活被一個叫阿金的中一學生佔據了大部分。阿金是一個特質很明顯的孩子，他並非不聽話，相反，他很安靜，但學習能力卻明顯比班上其他同學弱。尤其是默書，對他而言彷彿是一座無法逾越的高山。

「十分，滿分一百。」這是我批改阿金默書時常看到的數字。每一次派卷，看著他那滿是紅叉的課本，我的心裡總會掠過一絲無奈。為了讓他跟上進度，我不得不安排他留堂補默。當夕陽餘暉灑進空蕩蕩的課室，只剩下我和阿金對坐。他抓著筆，額頭滲出細汗，一個字一個字艱難地在原稿紙上挪動，筆劃間透著規律的凹凸線紋，可想而知他下筆時是何等用力。對我而言，這種留堂實在是一件費時的苦差。在忙碌的教學工作後，我必須「勉強」自己放下疲憊，守著一個進度極其緩慢的孩子。在那反覆的糾正與等待中，內心已有千百回灰心失意，懷疑這一切是否有意義。我曾像一個專業的基因驅使者，試圖將所有的評分要求統統倒灌進他那「漏水的筲箕」裡，卻心知肚明他能理解的確實不多。



然而，就在我感到最勉強、最想放棄的時候，一張小小的感謝卡出現在我的桌頭。

那是阿金家長寄來的。卡片上的文字很樸實，卻像一道暖流衝散了留堂時的壓抑。家長在卡中寫道，阿金雖然能力弱，但自從開始留堂補默後，他回家變得有自信了。以前他視讀書為畏途，現在卻會指著書本說：「張老師說我有進步，字寫得比以前整齊了。」

那一刻，我瞬時明白了。

家長的欣慰、孩子的微小進步，在那一秒交織成一種巨大的幸福感。我才驚覺，原來我當初那些「勉強」自己的時刻，並非無謂的消耗。因為老師放下了對效率的追求，放下了對私人時間的執著，才成就了學生生命中那一點點閃耀的可能。這就是「勉強有幸福」——彼此沒有血緣關係，但我願意勉強自己放下原本的教學節奏，去配合他的生命步調；而他也勉強自己克服天生的障礙，去回應一份對生命的承諾。

局外人看這是一場「苦差」，是因為他們只看到了「自我」的損耗。但我漸漸明白，幸福的本質，往往就在於「放下自我」的那一瞬間。我曾任教過患有肌肉萎縮的順仔，他在生命的倒數階段，仍勉強自己一天寫一點功課，只為了實踐對老師的承諾。我也曾輔導過害怕自己聲音的阿哲，透過一段又一段的錄音，我們師生共同勉力，最終讓他能自信地開口問安。這些孩子，無論是順仔、阿哲，還是現在的阿金，他們都在用殘缺或弱小的生命教導我：喜樂的人生不是建立在優異的成績單上，而是建立在一段又一段「師生共同勉力」的堅持中。我們放下原本那個追求完美的「我」，去進入對方的那個艱難的「世界」。

回首這段教學路，我發現幸福並非如甘霖般降臨，而是如點滴般積累。

那些點滴，藏在朗朗因被讚美字跡整齊而手舞足蹈的笑臉裡；藏在阿金終於在默書中拿到及格分數的喜悅裡；藏在那些看似費時，勉強，卻能為孩子點亮希望的留堂午後。

這份工作確實需要「勉強」。我們勉強自己去忍受體力的透支，勉強自己去承載學生生命的重量，勉強自己在灰心失意的黑夜裡繼續為他們點燈。但在這些勉強的背後，我們放下了傲慢與偏見，卻驚喜地發現，自己那顆原本乾涸的心，也因著這些弱小卻堅韌的生命，變得柔軟且飽滿。

正如我在阿金努力改正的功課上看到的：幸福不是因為一切都完美，而是因為我們在彼此的不完美中，依然願意為對方付出一點點的「勉強」。這種點滴的幸福，雖非驚天動地，卻足以支撐我們在教育這條路上，傲然起舞。



點滴幸福 · 深遠祝福



如果說人生不如意事十常八九，那麼撇除那不如意的八九之後，剩下的一、二，即使耗盡力氣汲汲營營刻意追求，又是否一定如願合意？

幸福是……

鄭樂希同學（中三）

清晨的陽光透過窗縫，在書桌上洩開一片溫暖金光，媽媽泡的熱牛奶氤氳著白霧；放學時，同桌分享的「小八卦」像顆糖，在心底化開甜蜜美意；晚飯後與爺爺並肩散步，聽他細說起年輕時的趣事，風裏盡是歲月的溫柔。

幸福從來不是驚天動地的大事，而是藏在這些細小的瞬間。不必竭力追尋遠方的浩瀚盛大，只需用心接住來自生活的每一份溫暖，把點滴的快樂積攢起來，便能匯成屬於自己的、綿延不斷的幸福長河。



幸福是……

蘇子軒同學（中三）

曾經，我像個小偷，孤獨地在門縫窺看他人的幸福，躡手躡腳靠近、戰戰兢兢追尋，擁有時滿心歡喜，卻又患得患失，不敢放肆開懷。

如今得三兩知己，一無顧慮談天說地，頓覺日子原是可以簡單安逸。我終於發現自己一直抬頭追逐遠方的光亮之時，竟忽略了腳下真實而溫暖的生活。原來幸福從不在未來，得到的也終究會逝去，而最珍貴的，永遠在目前。活在當下、珍惜當下，最明亮、最踏實的幸福，一直藏在煙火人間裏。



幸福是……

石軒甄同學（中四）

廚房裏熱氣蒸騰，母親站在火爐前翻炒鍋中菜餚，父親在一旁淘米準備，我倚在門邊訴說校園趣聞，一聲叮嚀響起：「站遠些啊，小心油星濺到你。」語調裏盡是溫柔。片刻間，飯菜香氣瀰漫一室，像溫暖的手，輕輕撫平日間的疲憊。

圍坐餐桌前，品嚐樸實自然的家常菜，母親談起工作瑣事，我不由得心生疼惜，飯後搶著洗碗，盼能為她消減些許辛勞。

這些情景夜夜重複，我卻從未厭倦，反而享受那份安穩與滿足。

幸福原非遙不可及，它就棲息在細碎而真摯的瞬間裏：一頓飯、幾句閒談、彼此照拂的心意。正是這些看似平凡、微小，但確實而真切的溫暖，一點一滴，融匯成生活裏最踏實的亮光。



幸福是……

張美琳同學（中五）

幸福是……

一朵鮮花？一間花店？一片花海？

一束陽光？一場雨？

一句提醒？一次指導？

幸福是懂得感恩，感恩自己得到的；

幸福是懂得珍惜，珍惜自己擁有的；

幸福是懂得欣賞，欣賞自己付出的。

幸福是河流上游，累積的濁水從高處湧出，滴水漸成涓涓細流；愛是下游，匯聚一條又一條名曰「感恩」、「珍惜」、「欣賞」的支流，最終在人生的大海裏融和幸福與愛，細水長流。

幸福是……

王梓桐同學（中五）

不知何時被塞進書包側袋裏的薄荷糖；被同學貼上小貼紙的筆記本頁面；情緒低落時耳畔響起的一陣輕聲細語的安撫……在許多物事人情被視為理所當然的日常中，無處不散落點點滴滴的幸福。

它從不喧囂，亦非轟烈；它彷彿求之不得，卻又如影隨形。不必刻意追尋，只需放慢腳步，便能發現躲在瑣碎裏的，盡是被無意忽略的幸福。

幸福從未遠離，它一直藏在點滴之間，觸手可及，靜靜等待我們用心發掘、細心感受。



幸福是……

劉玉潔同學（中五）

放學回家的時候，在車廂裏看見兩位以手語溝通的人。他們的手指飛快靈動，鮮活得有生命般。明明臉上沒有明顯的表情變化，但從他們飛速舞動的手指、變幻手勢的速度、方位和強弱程度，彷彿能察覺，甚至解讀到其內心感受。想起之前看過的電影《看我今天怎麼說》，有一幕演員對著黃昏的天空用手語畫出各種圖案的场景，深深感到即使沒有言語，但能夠表達、溝通，已如斯美好。

又想起每次走過隧道，都會遇見的那吹口風琴的街頭藝人，他幾乎每天都在那兒演奏，不管晴明或黑夜，風雨無阻。琴音是那麼的清脆、透亮而悠揚，而且一點一點地進步。有次更聽到他跟另外一人合演二重奏，既使我有小小的訝異，同時有微妙的喜悅。那樂韻柔和地提醒我，只要努力磨練，在學習的道路上總會找到志同道合的人。

幸福是……

歐聿之同學（中五）

懷着一顆行旅之心獨自出遊，見識過埃及古蹟平穩放置、感覺新鮮奇異；欣賞過香江繁榮都市美景，迷人眼目；觀賞過破邊洲延綿不絕的波濤，翻起澎湃心潮；體驗過在二手書店閱讀，心神平靜；細察過公園的蝴蝶卸力、屏息……每當太陽西下，倦鳥歸時，手機躍出來自家人的一道道信息，一句句關心、問候，總能溫柔安放我一路的舟車勞頓，安然品味被記掛的幸福。

結語

或許人生不如意事的確十常八九，然而學習憶苦思甜，從來都是畢生的功課。與其深陷於運籌帷幄，急功近利中不能自拔，不如將目光聚焦在平凡日子，活在平常，便是安好。若能做到喜時肯笑，哀時敢哭，在歲月的縫隙之間凝視微塵，在人與人的互動中默默撿拾、欣然數算點滴幸福，更是人生路上，一種莫大的祝福。

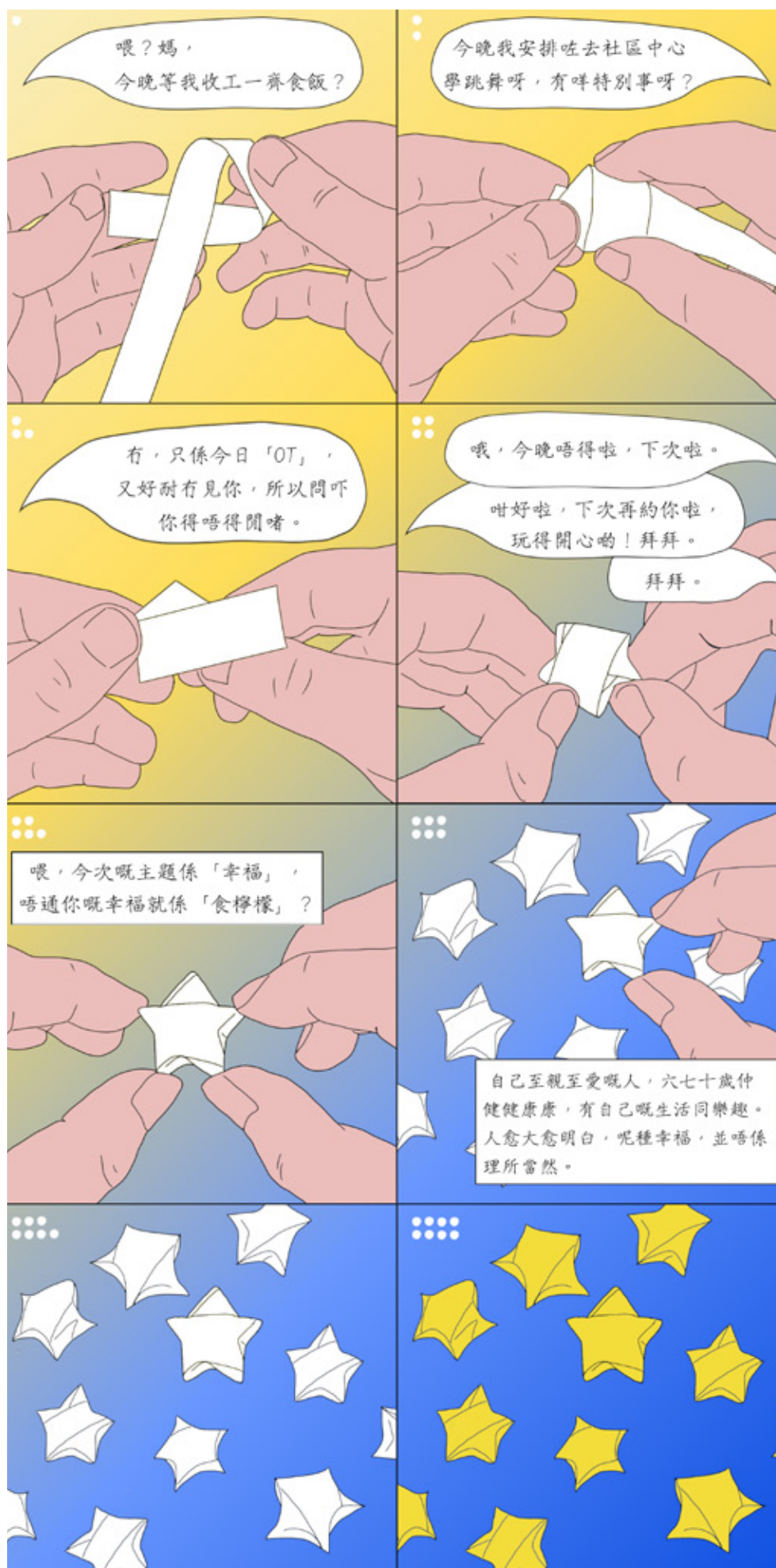
一顆星星的重量

一段平凡的日常對話，竟讓主角領悟到幸福。幸福是抽象的，需要我們用心察覺與感恩。別看小這種看似微小的幸福，它能一點一滴累積成滿天星空。

導讀問題

- ・ 漫畫裡主角約媽媽吃飯被拒絕後，並沒有生氣或失望很久，反而轉念感恩。在日常生活中，當你遇到家人或朋友「未能如你所願」時，通常會有甚麼反應？從這則漫畫中，你學到了甚麼新的應對方式？
- ・ 開學後，很多同學會面對學業、時間或人際的壓力。你可以如何像主角一樣，提升自己的「察覺力」，在日常小事中尋找幸福？
- ・ 如果你要摺一顆幸運星送給家人、朋友或自己，你會在紙條寫上甚麼說話？你覺得這顆星星可以代表甚麼的「幸福」？





(漫畫由作者提供)



(相片由作者提供)

教室密語

「式宏家」的靜觀文化

/ 周麗嫦副校長 /

香海正覺蓮社佛教陳式宏學校

香海正覺蓮社佛教陳式宏學校（簡稱「式宏家」）積極推行生命教育，致力營造靜觀文化，讓孩子身心靈能健康發展。「式宏家」是北區首間成功推展靜觀文化的學校，受到本校及區內家長認同，並多次與教育局同工及不同專業訪校團隊，分享「式宏家」的靜觀文化。

記得方校長最初引入靜觀的時候，我和其他老師一樣也會感到疑惑，這種感覺主要是來自我們對靜觀不認識，另一方面擔心是否能帶領學生認識靜觀。及後逐漸知道其實靜觀具科學研究實證，可改變大腦的功能與結構。學習靜觀很簡單，卻好處多多：不單能提升學生的覺察力，更可啟動孩子的心，促使他們更具自信，樂觀積極，建構正向思維。

我們深信只要對學生是有益的，一定值得嘗試。經過多年觀察學生的精神面貌，引證我們當初（那時候仍未出現學童精神健康的問題）的決定是非常正確的，完全符合「上醫治未病」的概念，幫助學生鍛鍊心性，為未來種種挑戰作好準備。

最初在學校推行靜觀，先讓老師認識及親身體驗靜觀，讓老師能身體力行，才能有效推動靜觀。加上在正規時間表上設立「心靈時間」，每天早上由老師帶領學生修習靜觀，到了今天，每個班上的孩子都爭相成為「靜觀大使」，協助老師帶領同學進行靜觀活動，可見靜觀文化已經真真正正落實於校園內。

「式宏家」以「心之校園」為主題，「心房」設計榮獲「香港設計師協會環球設計大獎 2018」最具影響力獎及銅獎，表揚「式宏家」、「心之校園」的理念，將心件與硬件結合，校園建設與課程互相融合，推動心靈教育。「式宏家」的孩子，每天恆常進行靜觀練習、慢食；學生在「心房」進行不同的呼吸練習、伸展練習、敲空靈鼓等，促使他們能專注當下，身心健康，增強對自己的覺察及了解自己的情绪，對生命多一份欣賞。



經過多年的努力，靜觀文化真正在「式宏家」扎根，學生在比賽前或每當緊張焦慮時（例如打針、評估前）都自行靜觀，尋找心境平靜自在，塑造健康的身心。靜觀是孩子終身的「心靈禮物」，就像多啦A夢的「隨意門」一樣，當他們遇到壓力、逆境、困難的時候，能隨心逃離，轉換環境，緩解負面情緒，擁抱正念。

我們以「靜觀」及「感恩」元素為載體，讓學生在學習過程中學懂感恩，尊重、欣賞及感激他人。最終能夠學會學習、學會生活、學會做人。





(相片由作者提供)

教室密語

點滴幸福，藝術綻放 以藝術營造學生幸福感的教育

/ 鄭啟德老師 /

寶安商會王少清中學視覺藝術科主任及學生輔導主任

九月，莘莘學子結束悠長暑假，重返校園。面對學業與社交的新挑戰，學生難免感到壓力，甚至萌生挫敗感。香港的教育環境向來競爭激烈，學生在繁重的日程下，往往容易喘不過氣。作為教育工作者，我們不禁反思：在追求卓越成績的同時，該如何守護學生的心靈，讓他們在校園裡累積屬於自己的「點滴幸福」？

在寶安商會王少清中學，學生普遍勤奮向學，對自身成績有所要求，無形中也積累了不少壓力。適當的壓力固然能催人奮進，但教育的真諦，更在於引導學生直面逆境，將壓力轉化為成長的養分。我們深信，藝術創作正是這股轉化力量的催化劑。近年，本校積極推動以「藝術為主導」的幸福感教育，並融入表達藝術的理念。透過跨藝術形式的創作與多元媒材的交織運用，學生能在引導下深化情緒表達與自我探索，從而釋放壓力、轉化負面能量，達致身心平衡。我們的目標不僅是為學生帶來片刻的愉悅，更期盼他們能體會心理學家沙利文博士（Dr. Martin Seligman）在「正向心理學」中所指的「豐盛」人生。我們以 PERMA 模式為框架，從正面情緒、投入感、良好人際關係、人生意義及成就感五大範疇著手，為學生構築長遠的幸福感。



「未來的我」陶藝創作



我們提倡「低技巧、高敏銳度」的創作模式

身兼視覺藝術科老師與表達藝術治療師，我深明藝術在抒發情感方面的獨特功效。藝術宛如心靈的避風港，能有效舒緩焦慮，讓受情緒困擾的學生暫時抽離煩惱。我們提倡「低技巧、高敏銳度」的創作模式，為學生營造一個安全、零批判的空間，讓他們學會坦誠地表達自我。這份幸福感教育已悄然融入常規課程之中：在中三級的陶藝課上，我們以「未來的我」為題，讓學生在揉捏陶土的過程中，逐步塑出人生的長短期目標；而在「我的快樂時代」版畫單元裡，學生從舊相簿中尋覓快樂的印記，再透過版畫複印技術，將美好回憶烙印於不同角落，讓幸福的瞬間得以重溫與延續。

課堂之外，我們亦致力在校園的各個角落播下幸福的種子。學校鼓勵學生共創校園裝置藝術，例如走訪鄰近的車房與工廠區，回收廢棄車胎和木板，並在老師指導下進行「升級再造」（Upcycling），將原本的廢棄物化作點綴校園的休憩家具。此外，學校特設「清心館」作為多元輔導室，為師生提供一個寧靜舒適的交流天地。在這裡，學生能善用不同媒材的特性——無論是靈動的水彩、厚實的塑膠彩、繽紛的花材、柔軟的黏土，抑或是堅硬的石頭，在老師或社工的引導下，將喜悅具象化，或藉著創作將內心的陰霾與壓力釋放出來。



多元輔導室 - 「清心館」 學生以花藝創作表達堅毅精神



學生在「清心館」進行藝術創作

在以藝術陪伴學生成長的旅途上，最令教育工作者動容的，莫過於見證一個個充滿溫度的生命轉變。這些真實的故事，正是藝術架起幸福橋樑的最佳印證。

有位中三級的男孩，以往面對挫折總輕言放棄，個別學科的失利更常令他氣餒。然而，在「水墨人生」的視藝課上，他迎來了一次深刻的蛻變。當時，他不慎將一大片濃墨滴在宣紙中央，原有的構圖瞬間被毀。他本想如往常面對困難般，揉掉畫紙一走了之。但在老師的鼓勵下，他嘗試放下對「完美」的執著，順著那片隨機的墨跡細心渲染。最終，那片看似無可挽救的污跡，化成了一個抽象的山水風景。這次創作讓他頓悟：人生的意外與逆境宛如那片潑墨，只要轉換視角、傾注心力，便能將無序的混亂化為獨特的風景。這堂課不僅賦予了他成就感，更為他注入了直面挫折的韌性。



「水墨人生」課題的創作

另一個故事發生在課後的藝術活動中。一位同學性格內斂慢熱，鮮少主動參與群體活動。後來，他獲邀參與「升級再造」校園家具計劃。起初，他只是安靜地在旁觀察與協助；但當他拿起畫筆，與同學一同為廢棄車胎披上鮮豔色彩時，他漸漸卸下心防，全情投入。在合作打磨木板、構思圖案的過程中，他除了展現出豐富的創意，更與同儕在歡笑聲中建立了深厚的友誼。當這些色彩斑斕的升級再造座椅正式進駐校園，看著同學們愜意地坐在其上休憩聊天，他心中湧起了一股前所未有的自豪感。藝術創作帶來的投入感，以及作品為校園添上的美好點綴，讓他重新肯定自我，從而更積極、自信地融入校園生活。



「升級再造」校園家具計劃



「升級再造」校園家具計劃 - 學生創作

在當今瞬息萬變的社會，全方位提升學生的內在幸福感與心理韌性顯得尤為重要。透過常規課程與課後活動的藝術體驗，我們為學生提供了一個富有溫度的媒介。在學校這個安全、包容的平台上，他們學會以多元方式表達情感，發掘自身潛能，並在創作的點滴中收穫正面情緒、投入感與成就感。

幸福，從來不是遙不可及的彼岸，而是日常生活中一點一滴的累積。期盼學生能在藝術的薰陶下，懂得欣賞自我與周遭事物，拾起校園生活中的「點滴幸福」，從容迎向豐盛的人生。



以藝術創作將壓力轉化為成長的養分

輔導心聲



快樂是選擇

個案處理 及 個案分析

/ 郭慧君姑娘 /



「大災難呀！我今年完了！我以後都不會再開心了！」

俊俊（化名）在早上的課堂中突然坐到地上，大哭起來。

「不要哭吧，一件小事而已。」

同學們多番安慰，但俊俊仍未能平復情緒，老師遂找來社工協助。

「俊俊，看來你遇到一件你認為非常嚴重的事情，所以才會有這樣的反應。我也很想了解你發生了甚麼『大事情』。你願意告訴我嗎？若你願意和我分享，我想先請你幫個忙——深呼吸、站起來，然後跟我到社工室，再慢慢告訴我你的『大事情』，可以嗎？」社工溫柔地說，並帶他前往社工室。

到達社工室後，俊俊邊哭邊說：「今早爸爸說他下星期突然要出差。但下星期是我的生日，本來爸爸媽媽會跟我慶祝生日，有生日會、有禮物……但現在爸爸要出差，所有慶祝都要延後一星期。這是個大災難呀！生日沒有了，我今年都不會再開心了，像世界末日一樣！」

社工細心聆聽後說：「俊俊，我明白你覺得下星期無法如期慶祝生日是一件很大的『災難』，所以你會覺得傷心。多謝你願意讓我更明白你的感受。但我有個小問題想確認，你說生日會只是延期，即是說一系列的慶祝仍然會發生，只是延後一星期，對嗎？」

「對！但我的生日是在下星期呢！生日那天無生日會、無慶祝、無禮物，我真的會很傷心。我人生沒有希望了，我不會再快樂。」俊俊哭著回答。

社工心中浮現疑問：「俊俊，是不是經常覺得不快樂？」

俊俊是小四學生，亦是有特殊學習需要的孩子，在認知彈性及情緒表達方面較弱，日常小事都可能引發較大的情緒反應。例如別人的一句善意提醒、或自己犯下的小錯，也可能讓他出現強烈的負面情緒。他常抱怨自己的不幸、自責自己不夠好，認為自己不會幸福，似乎總是在「選擇」不快樂。



個案處理



社工先接納俊俊的情緒：「俊俊，看來生日對你來說很重要，所以你原本一定很期待下星期的慶祝。但事情突然變得和預期不同，你覺得失望與難過，我能明白。由期待變成落空，是很傷心的事，甚至會覺得好像以後都快樂不起來，對嗎？如果我也像你這樣想，我可能也會很傷心。」

社工嘗試以同理心進入孩子的內心世界，感受他的經驗、想法與情緒，讓他覺得被理解、被接納，情緒自然更容易舒緩，亦能釋放空間處理後續的認知與想法問題。

在後續談話中，社工發現俊俊自小在家中經常被指正錯誤，且錯誤總被歸咎於「能力不足」，這讓他長期感到不被接納，亦逐漸不能容許自己「不完美」。生活中的小不如意都容易被他「災難化」。因此，社工嘗試協助他調整想法。

「俊俊，你想成為一個快樂的小朋友嗎？」

「當然想啦，有誰不想呢！」

「如果我說，只要你願意，你就可以『選擇』變得更快樂，你相信嗎？」

「但我控制不了自己的心情。」俊俊皺著眉說。

「你說得對，心情有時真的很難控制，但『想法』是可以改變的。」

社工接著解釋：「例如很多小朋友說學校沒有家裡那樣舒適，既沒有床，也沒有電視、玩具。但學校也有家裡沒有的東西，例如有小息、有朋友陪你玩。如果只看學校『沒有甚麼』，每日都會不開心。但如果我們嘗試欣賞『有甚麼』，其實就會快樂好多。所以，我們其實是可以『選擇』快樂的。」

社工再舉例：「生日延期，的確令人失望，但反過來想——你依然有生日會，而且多一星期時間準備，可能會更精彩。這樣去想，你會更加期待嗎？」

「如果我們一直放大『不幸』和『缺乏的東西』，只會更不快樂。但若我們選擇感恩已有的、欣賞自己的努力，我們便能『選擇』快樂、『選擇』幸福。俊俊，你會想怎樣選擇？」

個案分析

在輔導中，人本主義治療（Person-Centered Therapy, PCT）是一種重要方法，其核心包括：無條件接納、真誠及理解。心理學家榮格曾說：「對於普通人來說，一生最重要的功課就是學會接受自己。」接受自己的不完美，才能接納世界的不完美，並形塑出獨一無二的人生經驗。因此，無條件接納對孩子的成長極為重要。

另一常見的心理治療法是認知行為治療（CBT），其核心概念為：「想法、情緒、身體感受與行為互相影響」。情緒本身沒有好壞之分，更多時候是由主觀、自動化的想法引發，而非外界事實。因此，只要改變不合理的想法，情緒與行為便能改善。

讓俊俊學會覺察並接納自己的情緒，再理解「災難化思維」才是令他負面情緒反覆出現的關鍵。如果能逐步改變思維模式，建立感恩與自我欣賞的習慣，他便能學會「選擇」快樂、「選擇」幸福。

反思與結語

俊俊的個案亦讓我們反思：作為成年人，我們又何嘗不是常常「小題大做」、或「杞人憂天」？我們是否也常執著於沒有的，而忽略了已擁有的？

我們是否願意：

- 接納自己、欣賞自己？
- 放下執著，讓心更自由？
- 在每一天的生活中，練習「選擇」快樂？



快樂不是情緒的突然高漲，而是一種採取正向心態的勇氣與習慣。選擇快樂，就是在現實的掙扎中，願意放下不必要的煩惱，把注意力放在感恩、成長與意義上。

當我們願意作出選擇，我們便能一點一滴累積屬於自己的幸福。

讀者回應（選錄）



第 108 期的
所有讀者回應



第 109 期
讀者回應表格
(2026 年 10 月 31 日截止)

我欣賞「拓思交匯點」中的作者分享，內容「貼地」，適合青少年閱讀，有助他們發展生涯規劃。

陸燕婷

屯門官立中學教師

從不同生活經驗，帶出「希望」近在咫尺，並不是遙不可及。

袁之彤

明愛馬鞍山中學助理校長

欣賞今期內容配合真實個案分享，內容充實！令各位讀者增加了对希望的反思。

鍾倩怡

救世軍石湖學校教師

本校本年度選取的主題性格強項正是「希望」，各篇章都很適合用作德育用途教導學生。

黃慈欣

鴨脷洲街坊學校社工

希望是一股推動力，讓人即使在困境中也能選擇昂首前行。它提醒我們，面對變化要堅持努力，不因挫折而停步。希望不只是盼望，更是勇敢的心態——渴望被看見、被接納，並在鼓勵中重拾力量，繼續追夢。

岑雪盈

藍田靈糧幼稚園副校長

文字富有感染力，重點清晰，例子貼地且具體，可在平日實踐，由小事開始行動！

楊穎宜

樂富禮賢會幼稚園主任

今期內容非常精彩！關心一班失去了希望和動力的小朋友，讓我們多角度去思考他們的需要。傾聽是一扇希望的窗，讓他們找到信任和對自己的信心，用適當的方法引導他們走出恐懼和不安，重新建立自信和增加向前的動力，讓每個孩子都知道各人是不一樣的，有不同的生活方式和目標，只要活出健康快樂的人生，就是對了。

魏漢鋒

迦密愛禮信小學副校長

本期以「希望」為主題，十分契合當下社會氛圍。內容透過故事、專題文章與德育個案，提醒讀者在困境中保持積極心態。刊物提到「希望不是空想，而是行動的力量」的觀點，能讓人反思如何在日常生活中實踐正直與堅毅。

陳詠恩

聖嘉勒小學暨幼稚園教師

本期《拓思》以「希望」為主題，內容豐富具啟發性。不同作者的文章結合時事、生活故事與德育反思，能有效引導讀者要以正面價值觀面對。

張主任

聖安當幼稚園主任

今期《拓思》以「希望」為主題，內容充滿正能量及鼓勵，能引導教師在輔導及建立校園正向教育上有很大的啟發。

劉曉霖

香港道教聯合會圓玄幼稚園
(東頭邨) 教師

港澳兩地誠信教育交流



廉署首席教育主任鄭家欣女士為來賓介紹青年教育及德育資源



廉署「菁英誠信領袖」代表分享協助推廣廉潔誠信的經驗



香港廉政公署（廉署）於五月初接待由澳門廉政公署（澳廉）率領超過 40 位「誠信教材顧問小組」代表，進行誠信教育交流活動。

廉署先安排澳廉訪問團到訪獲得「高中 iTeen 領袖計劃」「學校夥伴大獎」的聖傑靈女子中學，由關智權校長及老師團隊以「奠基於廉 築夢以誠」為主題，分享該校在德育及公民教育的整體規劃與實踐，及如何在學校課程有機融入「誠信」、「廉潔」等正確價值觀，並讓學生了解廉署的倡廉工作和貪污的禍害。

其後，訪問團來訪廉署總部，由廉署青年及德育組代表向他們介紹香港反貪教育的理念，以及廉署設計的價值觀教育學與教資源。兩位廉署「菁英誠信領袖」代表亦分享協助推廣廉潔誠信的親身經驗。

是次交流為港澳兩地的誠信教育注入新動力。廉署會繼續與各地的持份者緊密合作，並支援學校為學生營造正直誠信的成長氛圍。



港澳兩地廉政公署代表合照留念

聖傑靈女子中學與廉署的淵源

關智權校長

聖傑靈女子中學與廉政公署有著深厚淵源：學校禮堂門前的「姬達坊」，命名源自首任廉政專員姬達爵士（Sir Jack Cater, KBE, JP, 1922-2006）。本校創校時，時任香港貿發局執行董事的姬達爵士親自為校舍主持奠基儀式；1973 年他獲委任為首位總督特派廉政專員，翌年帶領成立廉政公署，同年亦加入本校校董會，至今校務處外奠基石仍刻有其舊譯名「祈達」。創校校長班佐時牧師亦與廉署關係密切，1975 年應姬達爵士邀請協助廉署開展社區教育工作，早在廉署創始階段，本校便已與廉署攜手推廣廉潔價值。

承載這段獨特歷史，學校始終肩負傳承誠信廉潔傳統的責任。本年三月，本校舉辦國民教育公開課，向業界同工及廉署人員分享校內誠信價值觀教育的推行經驗；五月亦接待由澳門廉政公署帶領的教育代表團，透過兩地交流，分享香港中學推廣廉潔教育的實踐規劃。「姬達坊」承載著班佐時牧師辦學初心與姬達爵士代表的清廉正直，這份精神早已融入校園脈絡。我們期望繼往開來、薪火相傳，持續扎根校園誠信文化，讓廉潔自持的價值在聖傑靈代代傳承。



關智權校長簡介學校價值觀教育的規劃



德育及公民教育組老師分享



姬達坊

廉署 iTeen 領袖—王嘉凝同學分享

這次 iTeen 領袖協助學校接待澳廉參訪活動，內容安排得豐富有趣，iTeen 領袖帶領一眾澳廉嘉賓體驗獨特的「廉潔咖啡室」，大家一邊喝咖啡輕鬆閒聊，一邊分享對誠信與廉潔的看法；之後的分享環節，iTeen 領袖亦完整介紹學校推廣廉政教育的成果，以及舉辦相關活動累積下來的經驗。

嘉賓對是次活動十分欣賞，稱讚 iTeen 領袖接待細心周到，講解時思路清晰、表達順暢，亦大讚「廉潔咖啡室」這個構思十分新穎。嘉賓亦提到，有別於以往較單向的廉潔講座，這個活動將嚴肅的誠信議題融入日常休閒場景，變得生動易明。加上 iTeen 領袖們分享自己參與活動的真實感受，令嘉賓深深體會到年輕人願意為營造誠信社會付出的決心，整個活動既有內涵，亦讓我們獲益良多。



iTeen 領袖擔任活動主持



iTeen 領袖接待來賓體驗「廉潔咖啡室」

《小啡豆周圍走一遊學團篇》德育繪本

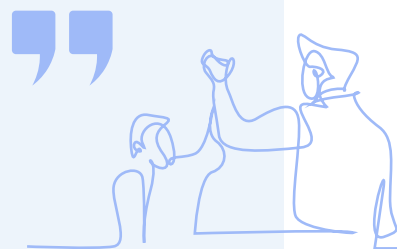
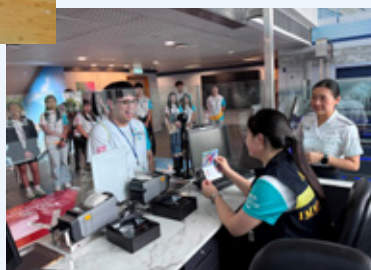
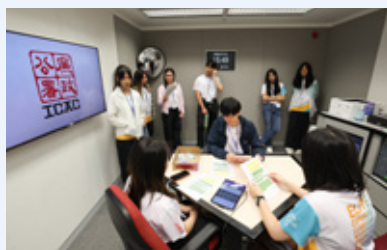
廉署小啡豆德育繪本系列第三冊《小啡豆周圍走一遊學團篇》經已出版！繪本透過小啡豆與朋友們參加學校四川遊學團的故事，帶出守法守規、國民身份認同及孝親等正確價值觀。

繪本的中、英文版已於 7 月寄送至全港小學及幼稚園，而網上版繪本及相關的學與教資源亦已上載至廉署「德育資源網」（<https://me.icac.hk>），歡迎老師參考使用。



廉政公署「菁英誠信領袖計劃」

早前透過校長及老師的推薦，來自 26 間中學共 39 名高中「iTeen 領袖」於面試中脫穎而出，他們聯同 50 位大專「廉政大使」，加入成為新一屆菁英誠信領袖，並參加於暑假期間舉行的領袖訓練營、參觀入境事務學院、廉署調查員工作體驗活動之「303 行動」及由律政司司長辦公室法治建設辦公室舉辦之模擬法庭等活動。踏入第四個年頭，「菁英誠信領袖計劃」繼續為具卓越潛能的學員提供進階訓練，加深他們對廉署反貪工作的認識和熱誠，裝備他們成為擁護廉潔與法治的青年領袖。



匯聚廉署德育製作 建立教師網上社群



請即登入網站訂閱通訊，
獲取「德育資源網」
最新消息。
<https://me.icac.hk>



www.icac.org.hk



ICAC Social Media Hub
廉政公署社交媒體平台